

૫૫૯૨

શ્રીશંકર

# વિદ્યાર્થી.

એટલે

અભ્યાસ કરનારા છોકરાઓએ પાળવાના  
નિયમે વિષેનિબધ,

સંપ્રદાન

રામરાવ નારાયણ પ્રધાન

ક્લાર્ક વડોદરા રેસીડન્સી

વડોદરા.

કૃત્તોસિંહ અને અમદાવાદ  
હિંદુસ્તાન પ્રેસમાં છાપ્યો.

આર્ય સંવત્ ૧,૯૬,૦૮,૫૨,૯૯૧ વિક્રમ સંવત્ ૧૯૪૮.

કિંમત ત્રણ આના

શ્રીશંકર.

## પ્રસ્તાવના.

પૂર્વકાળના જે આર્યજનો વેદાજ્ઞા પ્રમાણે વર્તન કરી બળ, બુદ્ધી અને પરાક્રમથી જગતમાં સર્વત્ર વિખ્યાત થયા, તેજ આર્યો-ની સાંપ્રતકાળની પ્રજા વેદાજ્ઞાનું ઉલ્લંઘન કરી અનેક દુર્વર્તન આચરવા લાગ્યાથી દિવસે દિવસ નબળી, અશક્ત, વીર્યહીન થતી જતી અને અદ્વાયુદ્ય ભોગવતી જોવામાં આવેછે. એદુર્વર્તનનું મૂળવિ-દોષકરી બાળપણથીજ છે. વાસ્તે છોકરાઓને તેમના શિક્ષાગુ સમયમાં જ જો, ધર્મનિયમ પ્રમાણે વર્તવાથી થતા શારિરીક તથા દેશહિતના લાભલાભવિષે જાણીતા કર્યા હોય તો તેથી દુર્વર્તનનો ઘણે અંશે નાશ થતો જઈ, મુખ્યતો બળ, બુદ્ધી, પરાક્રમ અને તેજનું મુખ્ય કારણ જે વીર્યરક્ષા તે જેમ જેમ થતી જશે તેમતેમ આ-ર્યપ્રજા ઉત્તરોત્તર પાછી ઉન્નતિ પામતી જશે. એમ ધારી વિદ્યાર્થીવયમાં પાળવાના નિયમો સકારણ બતાવવાનો યથા મતિ પ્રયત્ન આ લઘુતમ પુસ્તકમાં કર્યોછે. તેનો યથાયોગ્ય ઉપયોગ થયેથી હું મારા પરિશ્રમની કૃતકૃત્યતા માનીશ.

ગુર્જરભાષામાં પુસ્તક લખવાનો મારો આ પ્રથમજ પ્રયત્ન અને તેમાં ગુર્જરભાષા મારી સ્વભાષા ન હોવાથી આ પુસ્તકમાં કાંઈ ભૂલચુક થઈ હોય તે વિદ્વજ્જન ક્ષમા કરશે.

મીતિ અશ્વિન શુક્લ ૧ શનિવાર

સંવત ૧૯૪૮ શકે ૧૮૧૪ સન ૧૮૯૨

વડોદરા.

ગુજરાત.

રામરાવ નારાયણ પ્રધાન.

કલાર્ક વડોદરા રેસીડેન્સી

શ્રી શંકર.

વિદ્યાર્થી.

॥ યસ્માન્જ્ઞાતે જગત્સર્વમ્ યસ્મિન્નેવ વિલીયતે ॥

॥ एनेदं धार्यते चैव तस्मै परमात्मने नमः ॥ १ ॥

આ જગત્ જેનાથી ઉદ્ભવ થયું છે એટલે જેની અનંત શક્તિ અને અપાર સામર્થ્યથી આ જગતની ઉત્પત્તિ થઈ છે, અને જેની શક્તિથી જગત્ ધારણ કરાયું છે. અર્થાત્ જગત્ નિયમીત અવસ્થામાં સ્થીર રહ્યું છે, અને પ્રણય સમયે જેની શક્તિના પ્રભાવમાં જગત્ હીન થાય છે એવા જે આ વિશ્વના અંતર્યામી ઇશ્વર તેને હું નમસ્કાર કરું છું.

તે પરમ કૃપાળુ પરમાત્માએ સૃષ્ટીમાં અનન્ત પ્રાણી ઉત્પન્ન કર્યાં, તેમાં સર્વથી શ્રેષ્ઠત્વ જેને માપ્ત થયું છે એવા જે પ્રાણી તેને મનુષ્ય એવી સંજ્ઞા આપી છે. કારણ કે જેને મનન કરવાની શક્તિ હોવાથી સારાસાર વિચાર કરી જગતને સુખ રૂપ એવા આચરણ કરવાને યોગ્ય હોવાથી એ પદ આપ્યું છે. અને એ પદને યોગ્ય એવી અવસ્થા પ્રાપ્ત થવાને માટે પરમ પવિત્ર એવી જે વેદવિદ્યા તે.

પરમ કાર્ણિક પરમાત્માએ પોતાની મેરાણાથી ઋષિદ્વારા પ્રગટ કરી તેને અનુસરી સર્વ વ્યવહાર ચલાવવાને સુગમ પડવા માટે સદ્વિદ્યાનું શિક્ષણ મળવા અવશ્યકતા જણાતા આર્ય પૂર્વજ મહાત્મા ઋષિમુનિઓએ જે પડત પાડત ક્રમ તથા વ્યવહાર વ્યવસ્થાના નિયમો બાંધ્યા છે તે મહાત્માઓને હું નમન કરી મારા વિષયનો આરંભ કરું છું.

## વિષયારંભ.

મારા વિદ્યાર્થી બાંધવો ! જે વયમાં માણસ અનેક વિદ્યા, જ્ઞાન, ગુણ સંપદાન કરી પછી યુવાવસ્થામાં ધન સંપદાદિ મેળવી યથેચ્છ સુખોપભોગ લે છે, જે વયમાં માણસ વિવિધ વિષયનું જ્ઞાન સંપાદન કરી પછી ગૃહસ્થાશ્રમમાં દેશહિતના અનેક કામો કરી સ્વદેશબાંધવોની સેવા બજારી કીર્તિ મેળવે છે, જે વયમાં મનુષ્ય ત્રિવિદ્યા જ્ઞાન વ્યવહારાદિક જ્ઞાન શીખી પછી સંસાર પ્રપંચમાં ન્યાયનીતિથી તથા દૂરદર્શીપણાથી વર્તી કોઇથી હેતુર્યા ન જતાં ધૂર્તોથી પોતાનું તેમ બીજાનું સંરક્ષણ કરે છે, તે વયમાં માણસનો ધર્મ નિયમ પ્રમાણે વર્તી વીર્ય (ધાતુ) બજારે તો તે આગળ જતાં પોતાના સૌર્યથી પોતાના દેશનું સંરક્ષણ કરે અને નિરોગી સ્થિતિમાં ઘણી લાંબી જીંદગી બોગવે, જે વયમાં માણસ પરમાર્થતત્વનું જ્ઞાન મેળવી પરોપકાર કરી છેવટ પરમપદ પામે, દુઃકામાં આકુનિયામાં મનુષ્યનું કર્તવ્ય બજારી દહુ ધારણ કરવાનું સાક-

સ્વ મેળવવાનું સાધન પૂર્વવચ ( જે વિદ્યાર્થી વચ તેજ ) હાથ  
 ભાગવો છો; તો તમારા પોતાના ભાવી ઐહિક પારમાર્થિક  
 મુખ્યાર્થ તથા તમારા હાથથી બજાવવાની દશ સેવામાં આ અતિ  
 મહત્વ વિદ્યાર્થી વચમાં વર્તવાના નિયમો જાણવાની સહુ કોઈને  
 ઇચ્છા થતી એ સ્વાભાવિક છે, અને તેથીજ આ યથામતિ લખેલો  
 "વિદ્યાર્થી" નામનો નિબંધ હું તમારી આગળ સાદર કરૂ છું. તે  
 મનન કરી હંમન્યાય પ્રમાણે સાર ગ્રહણ કરી તે પ્રમાણે વર્તન  
 કર્યાથી તેમાં તમારું તથા તમારા દેશનું હિત છે અને તે બદલનું  
 વિશેષ ભૂણું તમારા સારા વાસ્તે સર્વપરિશ્રમ લેનાર તમારા ગુરુશ્રે-  
 ણોને છે.

મારા આર્ય બંધુઓ ! તમે જો કે વિદ્યાર્થી સ્થિતિમાં છો અને  
 તમારી સ્થિત્યનુસાર નિયમ પ્રમાણે વર્તો છો એવું કહીએ તો પણ  
 હાલના સમય પ્રમાણે જોતાં વિદ્યાર્થીને પાળવાના વર્તન વ્યવહારના  
 નિયમ તમે પૂર્ણ અને સજારણ જાણ્યા નથી; તેથી સેહેજ પ્રમાદ થઈ  
 નુકસાન ખમવું પડે એ સ્વાભાવિક છે, તેથી એ નિયમો તમારે અવશ્ય  
 જાણવા જોઈએ એ વિષે આપણા પરમ પૂજ્ય આર્ય પૂર્વજ  
 ઋષિ મુનિઓ કે જેમણે પરાંપકાર બુદ્ધિથી અનેકવિધ ઉપર-  
 ઘણા ગ્રંથ લખ્યા છે, તેમણે આ વિદ્યાધ્યયનકાલસંબંધી મનુસ્મૃતિ  
 ઇ. ધર્મ શાસ્ત્રોમાં નિયમો લખ્યા છે.

તે નિયમો લખતાં મહાત્મા મનુજીએ આયુષ્યના ચાર ભાગ

કયાછે, તે પ્રજ્ઞચર્ય, ગૃહસ્થ, વાનપ્રસ્થ અને સંન્યાસ. આ પ્રત્યે કને “આશ્રમ” એ સંજ્ઞા છે. એમાંથી જે હોય તે પ્રજ્ઞચર્યાશ્રમ એ બીજા ત્રણે આશ્રમની સાધન સંપત્તી કરવાનો એટલે તયારીનો આશ્રમ છે. પ્રજ્ઞ એટલે વેદ અથવા જ્ઞાન એવો અર્થ થાય છે, અને તે જ્ઞાન સંપાદન કરવાની દીક્ષા લઈ આચરાણુ કરવું તેનું નામ પ્રજ્ઞચર્ય. અને એ પ્રમાણે પ્રજ્ઞચર્ય પાળનાર એ પ્રજ્ઞચારી. પ્રજ્ઞચર્ય પાળવાનું વ્રત લીધું વાસ્તે વ્રતી; બહુક અથવા વિદ્યાર્થી કેહેવાય છે. છોકરો આઠ વરસની ઉમરનો થાય એટલે તેને સામાન્ય જ્ઞાન આવે છે. તે વખતથી તેના પ્રજ્ઞચર્યનો આરંભ થાય છે. ને તેની દીક્ષા લેવાની જે ક્રિયા તે વ્રતબંધ કે મુંજબંધનના નામથી ઓળખાય છે. આ પ્રજ્ઞચર્યનો કાલ વીસ પચીસ વરસની ઉમર સુધી ગણાય છે, ને પછી ગૃહસ્થાશ્રમ માંડવો.

પૂર્વકાલમાં પ્રજ્ઞચારી એટલે વિદ્યાર્થીને અધ્યયન પુરું થતાં સુધી ગુરૂને ઘેર રહેવું પડતું; તે કાલમાં કલગુરૂ અથવા મહર્ષિઓના આશ્રમ એજ મોટામોટા વિદ્યાપીઠા હતાં. તે મહર્ષિઓ વિદ્વાન તપસ્વી, શાંત, દાંત, દયાળુ, વયોવૃદ્ધ, નિર્દામી, અધ્યયન અધ્યાપન વિષે તત્પર એવા હતા. મોટામોટા સૌર્વભૌમ રાજાઓના પુત્રો પણ અધ્યયનવાસ્તે ગુરૂઘેર વાસ કરતા. મહર્ષિઓ અધ્યાપન એ આપણો એક ધર્મજ છે એમ સમજી કેવળ નિરપેક્ષબુદ્ધિથી કરાવતા હતા, અને તેમના આશ્રમમાં શેકડો વિદ્યાર્થીઓ અધ્યયન કરતા હતા. કબ્યા-

શ્રમે નગરવસ્તીથી દુર હતા અને તેમની આસપાસ બીજા કષિતુ-  
નિયોના આશ્રમે હતા. એ રીતે આશ્રમે લોકવસ્તીથી દુર હોવાથી  
વિદ્યાર્થીને નગરમાં રહ્યાથી અલ્પ-વયમાં જ દુસ્સંગ લાગવાનો  
સંભવ હોય છે તે અને વિદ્યાને અંતરાય કરનાર માતાપિતા તથા  
આત્મજન ઇત્યાદિનું લાલન, ધરના માણસ સાથે રહ્યાથી સેહેજ  
ઉત્પન્ન થતા આશ્રમ્યાદિ દોષ અને આખો દિવસ નજર આગળ  
આવતા ગૃહસ્થે શ્રમીયોના અનેકવિધ સામાન્ય વ્યવહારોથી સેહે-  
જમાં થતું ચિત્તનુઆકર્ષણ અને વૃત્તિનું અંયથા તેમજ શહેરમાંની  
રોગોત્પાદક હવા તથા પાણી ઇત્યાદિ વાતો સેહેજ ટળતી, તેની સાથે  
ગુરૂને ઘેર વર્તવા કેટલાક નિયમો પાળવા પડતા તેથી પ્રભ્રમ્ય  
પણાતું.

હાલના બોર્ડિંગોમાં વિદ્યાર્થીઓને માટે પૂર્વકાળને અનુસરતા નિ-  
યમોની વ્યવસ્થા ન હોવાથી કુમળી વયમાં રોગના ભોગ થઈ પડેલા  
કેટલાએક સરસ્વતીસદનમાં પ્રવત્ન કરી પ્રાપ્ત કરેલી પદ્ધતિનો પૂર્ણ  
લાભ ન લેતાં ચાલ્યા જાય છે, તેનો અટકાવ થવા માટે પ્રભ્રમ્યોદિકના  
નિયમ થવાની જરૂર છે તો તે નિયમો તથા તેથી થતા લાભ નીચે  
બતાઉં છું.

ઊકરો આઠ વરસનો થઈ તેને સામાન્ય જ્ઞાન આવે એટલે તે-  
નો પિતા પોતાના કુળગુરૂ કષિને અથવા બીજા કોઈ કષિને પોતા

ના ઘેર તેડી લાવતો, અને શુભમુહૂર્ત ઉપર તે કષિ તે છોકરાને પ્રણવગાયત્રી મંત્ર આપી પછી તેને પોતાના આશ્રમે લઈ જતા, અને પ્રથમ ગુરુ, પિતા, માતા, મોટાભાઈદિત્યાદિ તથા શ્રેષ્ઠોની મર્યાદા (અદ્વય)શી રીતે રાખવી તે તેને શીખડાવતા. તે એવી રીતે કે:—

આચાર્યો બ્રહ્મણો મૂર્તિઃ પિતામૂર્તિઃ પ્રજાપતેઃ।

માતા પૃથિવ્યાઃ મૂર્તિસ્તુ મ્નાતા વૈ મૂર્તિરાત્મનઃ ॥ ૨૨૫ ॥

યં માતાપિતરૌ ક્લેશં સહેતે સંભવે નૃણામ્ ।

ન તસ્ય નિઃક્રાંતિઃ શક્યા કર્તું વર્ષશોતરાપિ ॥ ૨૨૭ ॥

તયોર્નિત્યં પ્રિયંકુર્યાદાચાર્યસ્ય ચ સર્વદા ।

તેષ્વેવ ત્રિબુ તુષ્ટેષુ તપઃ સર્વં સમાપ્યતે ॥ ૨૨૮ ॥

તેષાં ત્રયાણાં શુશ્રૂષા પરમં તપ ઉચ્યતે ।

નતૈરભ્ય નનુજાતો ધર્મમન્યં સમાચરેત્ ॥ ૨૨૯ ॥

અર્થ—આચાર્ય ( ગુરુ ) એ પરમાત્માની મૂર્તિ છે, પિતા એ પ્રજાની મૂર્તિ છે, માતા એ પૃથ્વીની મૂર્તિ છે. અને સગોભાઈ એ પોતાની મૂર્તિ છે ॥ ૨૨૫ ॥ છોકરાને જન્મ આપી ઉછેરવામાં માબાપને જે દુઃખ સહન કરવા પડે છે તથા સંભાળ રાખવી પડે છે તેના બદલો સો વર્ષ સુધી સેવા કર્યાથી પણ વાળી શકાતો નથી ॥ ૨૨૭ ॥ માટે તેઓ-ને અને આચાર્યને જે પ્રીય લાગે તે દરરોજ કરવું. કારણ માતાપિતા અને આચાર્ય એ જ્યારે સંતુષ્ટ થાય ત્યારે સર્વ તપની સિદ્ધિ થઈ એ-મ બાણુ ॥ ૨૨૮ ॥ માતાપિતા અને આચાર્ય એ ત્રણની સેવાનેજ



“ઉત્તમ તપ” કહે છે. કારણ તેઓની સેવાથી સર્વ તપના ફળની પ્રાપ્તિ થાય છે. માટે જ્યારે કાંઈ બીજા ધર્મનું આચરણ કરવું હોય તો ત્રણેની સંમતિ વિના કરવું નહીં ॥ ૨૨૯ ॥

તે આવે એટલે ઉડી ઉભા થવું, તે બેડા પછી બેસવું.

તે ઉપદેશ કરે તેની રીસ માનવી નહી, તેમના ઉપદેશ છોડી કરાના આરા લાસ્તેજ હોય છે.

તેમને સામે ઉત્તર નમ્રતાથી આપવો.

તે પુછે તેટલાનો જવાબ આપવો.

તે બોલતા હોય તેમાં ડાહ્યાપણ ડોળવું નહીં.

તે કાંઈ કહે ત્યારે પાસે આવી સાંભળવું, તે પુછે તેના જવાબ પાસે આવી આપવો.

તે ઉભા ઉભા પુછે તો ઉભા થઈ જવાબ આપવો; બેડા બેડા પુછે તો ધીમેથી પાસે જઈ બેસી જવાબ આપવો; સુતા સુતા પુછે તો પાસે જઈને વાકા વળી જવાબ આપવો. તે આવતા હોય ત્યારે બાબુએ થવું. તેમના દખતાં છોક કે બગાસું આવે તો મુખ એક બાજુ કરી આડું લુગડું લગાડવું. તે સુઈ ઉઠે તે પેહેલાં ઉઠવું. તે કામ કહે તે લક્ષ્ય પૂર્વક કરવું. તે આજ્ઞા કરે તો તે માનવી તેમાં ડાહ્યાપણ ડોળવું નહીં. તેમના સાથે બોલવું તે અરધા બોલ બોલવું નહીં. આદ્ય ઉચ્ચારથી સુમન્ય તેમમોટે આદ્ય પણ નમ્રતાથી

બોલવું. મનની શંકા પુછી સમાધાનકરી લેવું. તેમની સાથે હસતા હસતા મશ્કરીમાં. શ્લેષાર્થથી અથવા આલંકારિક શબ્દથી બોલવું નહીં, તેમના દખતા બીજની મશ્કરી કરવી નહીં, તેમ શ્લેષાર્થથી અથવા આલંકારિક શબ્દ બોલવું નહીં. હસતા હસતા ઉત્તર આપવું નહીં, તેમ તેમનાં દખતા હસવું નહીં, હસવું આવે એવા ધોરાણું તેમનું બોલવું હોય તો જરા હાસ્ય વદન કરવું. તેમના દખતા નાક છીંકરવું નહીં, લીંટ કાઢવી નહીં, અંગ ઉઘાડી ખંજોળવું નહીં, પગ લાંબા કરવા નહીં, સુવું નહીં, જોરથી પગ અકાળતા ચાલવું નહીં. પગપરપગ ચઢાવી પલાડીવાળી બેસવું નહીં, અઢેલીને બેસવું નહીં એ વગેરે ( અદ્ય એટલે ) મર્ષાદા પાળવાની રીતો સમજવવામાં આવતી. એ રીતે ન વર્તનાર ઉદ્ધત અથવા અડાણીમાં ગાણાય છે. સભ્યમાં ગાણાતો નથી. સભ્યતાની રીત ભાત જાણનારને અંગ્રેજીમાં "પાલીશ્ડ મ્યાન અથવા મ્યાન આફ એટિકેટ" કહે છે વાસ્તે સભ્યતાથી વર્તવાની નાનપાણુથી ટેવ રાખવી.

હવે જે પાળવાના નિયમો કહ્યા તે:—

ગ્રાહ્યે મૂઢૃત્તે ઉત્થાય ચોપસ્પૃશ્ય પયસ્તથા ॥

ત્રીરાચમ્ય તતઃપ્રાણાંસ્તિષ્ઠન્મૌનો સમાહિતઃ ॥ ૧. ૧૭ ॥

અદૈવતૈઃ પાવિત્રૈસ્તુ ત્વાત્મપરિમાર્જનઃ ॥

સાવિત્રીં ચ જપાંસ્તિષ્ઠેદાસૂર્યોદયનાત્પરા ॥ ૧. ૧૮ ॥

આગ્નિકાર્યં તતઃ કૃત્વા પ્રાતરેષ્વ વ્રતં ચરેત્ ॥

ગુરુવેતુ તતઃકુર્યાત્પાદયોરભિવંદનમ્ ॥ ૧. ૧૯ ॥

વિષ્ણુસ્મૃતિ.

અર્થ—પ્રહ્લ્યારીએ પ્રાતઃકાલે પ્રાહ્લસમયે એટલે પાછલી પોહોર રાત્રી છતાં ઉઠવું અને દિગ્વિધિ, મુખમાર્જનવિધિ કરી સ્નાન કરી સંધ્યાવંદન પ્રાણાયામ, ગાયત્રીમંત્ર જપ, અગ્નિકાર્ય ઇ. સૂર્યોદય મુધી કરી પછી ગુરૂને અભિવંદન કરી અભ્યાસ કરવા આરંભ કરવો.

ઉપસા શ્લોકોનું સ્પષ્ટિકરણ—પાછલી પોહોર રાત્રી એટલે પરોઢીયાના આર વાગવાના વખતને શાસ્ત્રમાં પ્રાહ્લવેળા, આનંદ-મય અથવા આનંદવેળા કહી છે, અને ખરેખરજ તે આનંદ વેળાજ છે. માણસ સંસાર તાપથી ગમે તેવું પીડિત હોય પણ આ પાછલી રાત્રે તેના જીવ કેવો શાંત થાય છે ! તે વખત જો આપણે લક્ષ્ય લગાડી જોઈએ તો સર્વ સૃષ્ટિ શાંત અને આનંદમયજ લાગશે ! પ્રભાતના સમયનો મંજુઝરીતલ પવન, જગન્નિયાંતાના જાણે ગુણગાતા હોય એવા નાનાવિધ પક્ષીના મંજુઝરીત, તેની સાથે ધ્રુવ કરતી સ્ત્રીઓના રવીનો ગંભીર ધમધમ શબ્દ, દળતી સ્ત્રીઓના શ્રમહારક ઇશ્વર સ્તુતિપર અથવા માયિક ગીતોના શબ્દ, હરિજનોના ભૈરવી રાગમાં ગવાતા ઇશ્વર ગુણાનુવાદનો પ્રેમલ સુ-

સ્વર, પ્રેમલ ભક્તના હરેહરે, રામરામ, હરહર, હરોમ્ શબ્દ, વિદ્યા-  
ર્થીઓના પઠન ઘોષના કોમળ શબ્દ, આ બધું સાંભળી મન કેવું  
આનંદમય થાય છે ! અને તે વખત માણસની સેહેજ આંખ ઉઘ-  
ડેજ ! એમ છતાં પણ કોઈ આળસુ જો ન ઊઠે તો તેને વાસ્તે ઘણું  
ખરે ઠેકાણે આ વેળાએ યોગડીયાં વાગે છે. એના અવાજ સાંભળી  
પણ કેટલાક ઊડતા નથી, વાસ્તે આવી આનંદ વેળાએ ઊડી ને આ-  
નંદદાયક સૃષ્ટિકર્તા નિયંતાને નથી સ્મરતો તેને યોગડીયાં “ ધિ-  
ક્તાન્ ધિક્તાન્ ધિક્તાન્ ” એટલે “ તેઓને ધિક્કાર, તેઓને ધિક્કાર,  
તેઓને ધિક્કાર ! અવું પોકારી કહે છે ! બીજું વૈધક વિચાર પ્રમાણે  
જોતા પણ પ્રભાતમાં ઉઠવું આરોગ્યકારક બદ્ધવર્ધક છે. વળી કોઈ  
કવિએ કહ્યું છે કે:-

રાતે વેહેલા ને સુઇ, વેહેલા ઊઠે વીર;

બળ બુદ્ધિ બહુ ધન વધે, સુખમાં રહે શરીર.

આ દાહરાનો અર્થ સહુ કોઈ જાણે છે, વાસ્તે હું અંહી ફેહે-  
તો નથી. માણસ ઉઠ્યા પછી દિગ્વિધિ મુખમાર્જન વિધિ થતાં સુધી  
સુસ્તી ઉડતી નથી અને હોશીયારી આવતી નથી. તેમ મનને સ્વચ્છ  
પણુ લાગતું નથી. વાસ્તે ઉઠ્યા બરોબર એ ક્રિયાઓ પેહેલા આગ્રે-  
પી લેવી જોઈએ. એ થયા પછી સ્નાન કરી લેવું. સવારમાં સ્નાન  
એ પણ સુસ્તી ઉડાડે છે, અને માણસને પોતાનેજ સ્વચ્છ લાગે છે.  
સ્નાન કર્યા પછી ટાઢ પણ લાગતી નથી, અને શરીરમાં ચપલતા ટીંચા

કરતાઈ જાણાય છે, અર્થાત પ્રાતઃ સ્નાન એ બળવર્ધક છે, અને એ બદલનો અનુભવ ઘણા જાણે છે. સ્નાન પછી સંધ્યાવંદન કહ્યું છે. સંધ્યા વંદન એટલે ઇશ્વરસ્તુતિ એવો સાધારણ અર્થ છે. પરંતુ એને સંધ્યાવંદન નામ પડવાનું વિશેષ કારણ છે. અને તે કેહેતા પેહેલા થોડોક ખુલાસો આપું એટલે કારણ સેહેજ કળાશે:—

આ આપણી પૃથ્વીને મુખ્ય જીવનાધાર સૂર્ય છે. સૂર્યમાંથી નિરંતર પ્રાણપ્રવાહ પૃથ્વી તરફ વહ્યા કરે છે, અને તેજ પ્રમાણે ચંદ્રમાંથી પોષક પ્રાણપ્રવાહ વહે છે. જો કોઈ ઝાડ આપણે ઘરમાં મુક્યું હોય તો તે ફીકું નિસ્તેજ નાખ્યું થશે પણ તેને અજવાળામાં મુકીશું તો તે સતેજ જાળાશે. તેમજ જે માણસ બહાર હરતા ફરતા નથી તે અશક્ત હોય છે અને બહાર હરનાર ફરનાર સશક્ત હોય છે આ ઉપરથી સૂર્ય ચંદ્ર એ આપણી પૃથ્વીને નિરંતર પ્રાણ પ્રવાહ આપે છે એ વાત ધ્યાનમાં આવશે. અને તેથીજ આપણા આર્ય પૂર્વજેએ સવારે પૂર્વાભિમુખ અને સાંયકાળે પશ્ચિમાભિમુખ રહીને સંધ્યા પાસનાદિક કર્મ કરવાની આજ્ઞા કરેલી છે. કારણ કે સૂર્ય એ વર્ધક ઉષ્ણ પ્રાણ છે અને સાંયકાળ એ દિવસ રાત્રીનો સંધિકાળ હોવાથી તે બન્ને વખત બન્ને પ્રાણનો સંયોગ હોય છે. માણસના પ્રાણનો આ બન્નો પ્રાણ સાથે નિકટ સંબંધ હોવાથી માણસનો દિવસે ચંદ્રસ્વર ( એટલે દિવસે ડાખાનાકમાંથી સ્વાસ ) ચાલે છે તેને ઇડાનાડી અથવા ચંદ્રનાડી કહે છે. અને રાત્રીએ સૂર્યસ્વર ( એટલે જમ

ણા નાકમાંથી શ્વાસ ચાલવો તે ) ચાલે છે તેને પિં ગજા અથવા સૂર્યના-  
ડી કહે છે. અને સંધિકાળમાં બન્ને સ્વર ચાલે છે તેને સુષુમ્ના કહે છે.  
એ સ્વર સંબંધી બીજી ઘણી બાબતો જાણવાની છે. અને તે પ્રમાણે  
કેટલાક લોકો ખાવું, પીવું, લેવું, સુવું ઇત્યાદિ વ્યવહાર સ્વરોદયશાસ્ત્રના  
નિયમ પ્રમાણે કરે છે. પરંતુ તે કહેવું અહીં પ્રશસ્ત નથી. અહીંના મા-  
ત્ર એટલું જ કહેવાનું છે કે સંધિ સમયે બન્ને સ્વરનું સંધાન જોવાથી  
તે કાલમાં માણસનું મન સંકલ્પ ચિત્ત રહિત, શાંત થઈ એકાગ્ર થા-  
ય છે. તે કાલ ઘણું જ મૂલ્ય છે. એમાં વખતે મરાણ પાણ થઈ જાય. એજ  
વખત એકાગ્રચિત્તે ઇશ્વર ભક્તિ કરવા વાસ્તે ઘણો કામનો છે. અને એ  
સંધિકાળમાં જ ઇશ્વર પ્રાર્થના કરવી તેજ સંધ્યાવંદન. હવે સેકેજ  
ધ્યાનમાં આવ્યું હશે કે દિવસે માણસથી ઘડનાર અનેક વિધિ પા-  
પનો નાશ થવા સાંધકાળે સંધિ સમયે અને રાત્રીએ ઘડનારા પાપ  
ધોવાઈ જવાસારૂ પ્રાતઃકાળે સંધિ સમયે પરમકૃપાળુ, જગદુત્પાદક,  
જગત્પાલક પરમેશ્વરનું એકાગ્રચિત્તે સંધ્યાવંદન કરવું ઘણું જરૂર-  
નું છે. આ સંસારમાં પરમેશ્વરની ભક્તી જ માણસને યશ કારક દુઃખ-  
હારક સુખદાયક છે. વાસ્તે આ સંધિ સમયે બીજા કામધંધામાં કુર-  
સદ લઈ નિયમીત વખતે નિરાલસ્યથી તે અવશ્ય કરવી જોઈએ.

સંધ્યાવંદનમાં પ્રાણાયામ એ એક મુખ્ય ભાગ આવે છે. નિ-  
ત્યના ખાનપાનાદિ વ્યવહારથી નાડીઓમાં મેલ ભરાઈ રહી સૃષ્ટિ નિ-  
યમ પ્રમાણે સંધિ સમયે સુષુમ્નાનાડી બરોબર ચાલતી નથી અને ૪૬

દિવસનો અને રાત્રીની નાડીઓ પાણુ નિયમીત રીતે ન ચાલવાથી અનેક રોગાદિ વિકૃતિઓ થાય છે. અને શરીર રોગી થાય છે. વાસ્તે સંધિસમયે મુખ્ય સુષુમ્ણાને બરાબર ચલાવવાની જે ક્રિયા સંધ્યા-વંદનમાં કરવામાં આવે છે તેને પ્રાણાયામ કહે છે. પ્રાણાયામ એટલે શ્વાસપ્રશ્વાસની ગતીનો અવરોધ કરી પ્રાણને રોકવો તેનું નામ પ્રાણાયામ. પ્રાણુવાયુ ચલાયમાન થાય તો ચિત્ત ચલાયમાન થાય, તેથી અનેક તરેહના મનોવિકાર થતાં અપકવવીર્યના શ્રાવ થવાથી બળ બુદ્ધિનો નાશ થતા શરીર સંપત્તીનો નાશ થાય છે, તેથીજ સાંપ્રતકાળના અજ્ઞાન યુવકો વીર્યની મિથ્યા વ્યયથી અશક્ત નિસ્તેજ અને અનેક રોગોથી પીડાતા જોવામાં આવે છે, તેમાંથી કેટલા એક તો નાની વયમાં આ દુનિયાનો લાવો લીધા વિના ચાલ્યા જાય છે. માટે પ્રાણુવાયુ અને ચિત્તને સ્થીર રાખવાની અવશ્યકતા છે, અને તે સ્થીર કરવાનો ઉપાય પ્રાણાયામ છે. તો દરરોજ ઓછામાં ઓછા વીસ પ્રાણાયામ કર્યાથી પ્રાણુવાયુ સ્થીર થઈ તે સાથે ચિત્ત સ્થીર રહે તેથી બુદ્ધિ અને જ્ઞાનની વૃદ્ધિ થાય, ગહનવિષય સમજવાની શક્તિ આવે, શરીરમાં બળ વધે, વીર્ય સ્થીર રહે, માનસિક શક્તિ તીવ્ર અને પ્રકુલિત થાય, અને સ્મરણ શક્તિ વધે એમ આર્યસમાજ પાંડિત બાળાજી વીઠલ ગાંવસકર કૃત વેદાક્તસંસ્કાર પ્રકાશ પુસ્તકના પાન ૭૨-૭૩ માં પ્રાણાયામ અને તેના ગુણવીશે લખેલું છે. નિઃશ્વસ બારઅગર ત્રણ પ્રાણાયામ તો નિત્ય જરૂર કરવાજ. પ્રાણાયામ

ના આ અલૌકિક ગુણ જાણી હાલ અમેરિકા ખંડમાં કેટલીક નિશા-  
જોમાં છોકરાઓને પ્રાણાયામ શીખડાવવા સર કર્યાનું વર્તમાનપત્ર  
ઉપરથી કેટલાંકના જાણવામાં આવ્યું જ હશે. ત્યારે આપણા આ-  
ર્યપૂર્વજ ઋષિમુનિઓએ પ્રાણાયામ બહુ હજારો વરસ ઉપર શોધ  
કરી પ્રાણસને નાનપણથી કરવાની અવશ્યક ધર્મક્રિયામાં તે દાખલ  
કરેલી રીત આપણે કેમ ઝોડવી નેહ્યે ! આપણા ઋષિમુનિઓની  
મત્યેક આજ્ઞા એવીજ અલૌકિક સુખકર મુદા ભરેલી છે એ કદાં ભુલી  
ન જતાં તેમના સત્ય\* હેતુ જાણી લઈ તેમના દુરદર્શીપણા બદલ  
આપણે અભિમાન રાખવાનો છે.

સંધ્યાવંદનમાં પ્રાણાયામ પછી ગાયત્રીમંત્રજપ આવે છે. અ-  
ને તેવિશે પણ અવશ્ય જાણવું નેહ્યે. બહાર પસરી રહેલી ચિત્ત  
વૃત્તિઓ ખેંચી ચિત્તનો એક સરખો પ્રવાહ ચઢાવવાસારૂ જપ એ  
ઘણો કામનો છે. જપથી પ્રાણ તથા શરીર સમતોલન સ્થિતિમાં આવી  
મનસ્થીર અને શાંત થાય છે, અને મન જેમાં લગાડીએ તેમાં સંકલ્પ-  
વિકલ્પ રહિત એક સરખું ચાલવાની ટેવ પડે છે. અને એવી ટેવ વિ-  
દ્યાર્થીઓને ઘણી કામની છે. આ પ્રમાણે મનનો એકાગ્ર પ્રવાહ ચાલવાની  
ટેવ યોગમાર્ગમાં અને પ્રાણવિનિમય નેને અગ્રેષ્ઠમાં મેસ્મેરીઝન કે-  
હે છે તે વિદ્યામાં પણ ઘણી ઉપયોગી છે. તેમ તેથી કાળે કરી અનેક ગુપ્ત  
સિદ્ધિઓ પ્રાપ્ત થાય છે. ગાયત્રી મંત્ર એ વિશ્વોત્પાદક, સર્વવ્યાપક,

+ આ બાબતમાં આર્યસમાજના કોઈપણ ઉપદેશક અથવા પંડિતને  
પ્રહલાથી માહિતી મળવા સંભવ છે. તે જાણીએ મેળવવી.



આન દકારી, સુખદાયક પરમેશ્વરના સ્વરૂપના વર્ણન સાથે તેને આ-  
પણા હાથે પરોપકાર થવા બદલની માર્થના છે. ગાયત્રીમંત્રના જપ નિ-  
ત્યના ઓછામાંઓછા એકસો આઠ મણકાની એકમાળા ફેરવાતા સુધી  
કરવા અગર નિદાન એકવીસ જપ કરવા.

બંધુવર્યો! મેં ઉપર જે ગાંવસકરનું પુસ્તક કહ્યું તેમાં એકંદર સંધ્યા-  
વંદનવિષય અર્થસહીત લખેલો છે. તે પુસ્તક મુંબાઈમાં આર્યસમાજના  
મંત્રી પાસે મળે છે. તેમ અમદાવાદમાં ખાડીયામાં રહેનાર અમદાવાદ-  
આર્યસમાજના મંત્રી: પંડિત વૈજનાથરામીએ વૈદિક સંવ્યાદી નિત્ય-  
કર્મ નામનું પુસ્તક કહ્યું છે ને તે તેમની પાસેથી ત્રણ આને મળશે.  
તે ઉપરથી આ વિષય સકારણુ ધ્યાનમાં આવશે.

સંધ્યાવંદન પછી અગ્નિકાર્ય એટલે સુગંધીદ્રવ્યથી અગ્નિમાં  
હોમકરવાની આજ્ઞા લખેલી છે. આથી ઘરમાંની હવા સાફ થાય છે. કે-  
ટલેક ઠંડાણે સુગંધી દ્રવ્ય, સુવાસિકપુષ્પ, ખુસમોદાર ધૂપ દીપથી  
હિટિદેવની પૂજા, માનસ પૂજા કરવાનું અગર આર્યધર્મ સારભૂત જે ગી-  
તા તેના સાથે એક અધ્યાય અથવા એક શ્લોક વાંચવાનું કહ્યું છે. એ-  
માંથી વખત પ્રમાણે કાવે તે કરવું.

આ પછી સૂર્યને નમસ્કાર કરવા, સૂર્યને નમસ્કાર એટલે સારી  
પુલકીજગોમાં સૂર્ય સામું મોં કરી ઉભા રહી સંકલ્પ કરવો અને પ-  
છી કસરત કરવામાં ફાંડ કાઢે છે તે પ્રમાણે નમસ્કાર કરવા. તે નમ-  
સ્કાર બાર છે પણ તેજ નામ ફરીફરી લઈકેટલાક શક્તિપ્રમાણે ન-

મસ્કાર વધારે છે. નમસ્કાર એ કસરત છે અને તેમાં સ્વાર્થ સાથે ઇશ્વર ભક્તિ થાય છે. આજ મુદ્દા ઉપર અમેરિકાદિ સુધરેલા દેશમાં “ હો-રાઈઝન્ટલ એકસરસાઈઝ ” નીકળે છે. અને તેના ઉપર કેટલાક ખુસ્ત-કો લખાઈેલા છે. પરંતુ અમારા આર્યપૂજિતો આ લાભકારક રી-ત ઘણા કાળથી જાણી આનંદકર્મમાં દાખલ કરી છે. અને પ્રત્યેક ક-ર્મ સાથે પરમ લાભકારક ઇશ્વર ભક્તિ જોડી દીધી છે. તેથી આપણા પ્ર-ત્યેક કર્મને અર્થ જાણી કર્યા હોય તો તે ઇશ્વરાર્પણ થઈ અનાયાસે સ્વા-ર્થ સહીત પરમાર્થ થાય છે. પરંતુ હાલ આપણી ધર્મ સ્થિતિ એવી થઈ છે કે આપણા ધર્મનું રહસ્ય અન્યધર્મીઓ જાણી તે પ્રમાણે વર્તવા લાગે છે અને ઉલ્લટ આપણને બતાવે છે ત્યારે આપણી આંખો ઉઘડે છે, તે પેઢેલા આપણી આસ્થા આપણા ધર્મ ઉપર ખેસતી નથી.

કોઈ કર્મ વિશે વિવેચન કરવામાં જોડેલા વખત લાગે છે તેટલો વખત તે કર્મ કરવામાં લાગતો નથી, તેજ પ્રમાણે આ બધું કરવામાં બહુ કાળ લાગતો નથી.

દિગ્વિધ, મુખમાર્જન, સ્નાન ..... કલાક ૦ા.

સંધ્યાવંદન, પ્રાણાયામ ગાયત્રી મંત્ર જપ ,... ૦ા.

છતિર ક્રિયા ..... ,, ૦ા.

નમસ્કાર ..... ,, ૦ા.

પરોઢીએ ચાર સાડાચારથી છ સાડા છ સુધી જે અઢી કલાકમાં આ બધું થાય, અને એટલામાં સવાર થાય. આ પછી વિદ્યાર્થીએ પોતાનો અભ્યાસ કરવા સરવાત કરવી. સાયંકાળે સૂર્યાસ્ત સમય પાણુ સંધિવેળા છે. તે વખત હાથ, પગ, મોં ઘોઈ સ્વચ્છ થઈ સંધ્યાવંદન કરવું. આખા દિવસના પરિશ્રમથી સર્વ શરીરે પરસેવો આવેલો હોય છે. અને ધૂળની રજ હોડી તે ઉપર ચોટી હોય છે, તેમ થાક પાણુ લાગેલો હોય છે, તેથી હાથ પગ મોં ધોયાથી એકતો સ્વચ્છતા અને બીજું થાક ઉતરી જવ શાંત થાય છે. અને નિશ્ચીંત પણે સંધ્યાવંદન થાય છે. તેમ જવ શાંત થયાથી નિશ્ચીંતપણે ભોજન થાય તે સારૂ પચન થાય. મનુસ્મૃતિના અધ્યાય ૧૪ શ્લોક ૭૬ માં કહ્યું છે કે:—

॥ આર્દ્ર પાદસ્તુ મુંજીત નાર્દ્રપાદસ્તુ સંવિશેત્ ॥

॥ આર્દ્ર પાદસ્તુ મુંજાનો દીર્ઘમાયુરવાપ્નુયાત્ ॥ ૭૬ ॥

અર્થ— પગ ઘોઈ જમવું, પાણુ સુવું નહીં. જે માણસ પગ ઘોઈ જમે છે તેનું આયુષ્ય લાંબી મુદતસુધી ચાલે છે.

હવે ઉપલા નિયમોની બાબતમાં કેટલાક એવી શંકા લેશે કે જ્યારે પરિક્ષાનો વખત આવે છે ત્યારે આખી રાત જગવું પડે છે, અભ્યાસ વાસ્તે એક મિનિટનો વખત પાણુ ઘણો અમોલ્ય થઈ પડે છે, તે વખત આ ઉપલા નિયમો કેમ પાળી શકાય ? તો એના જવાબમાં હું કહું છું કે ભાઈઓ ! ઉપરના પ્રાણાયામના અલૌકિક ગુણવિશે કહ્યું છે તે ઉપરથી જણાશે કે સંધ્યાપ્રાણાયામાદિથી પ્રુદ્ધી તીવ્ર તથા પ્રકુલિ-

ત થઈ સ્મરણ શક્તિ વધે છે. તો તેથી નિત્યનો અભ્યાસ સારો થાયજ. અને પછી પરીક્ષા વખતે પણ ઉપર પ્રમાણે સખત મેહેનતની જરૂર રહેતી નથી, તેમ હાલની સ્થિતિ પ્રમાણે કહીએ તો જે અભ્યાસીઓ હુમેશ પોતાનો ધડો બરાબર ન કરતા એનબાજમાં વખત ગાળે છે તેને પરીક્ષાના વખતે ઉપલી રાંકા પ્રમાણે શ્રમ પડે છે. નિત્યનો પાઠ બરાબર કરનારને તો પુરતો વખત મળી પરીક્ષાને વખત પુનરાવૃત્તિ અગર રિવીઝન કરવા એટલો બધો શ્રમ પડતો નથી, એ વાત જરા વિચાર કરી જોયાથી સહેજ જાણાસે. પોતાનો ઇન્ટિ માર્ગ છોડી એનબાજમાં વખત ગાળી તરસ લાગે ત્યારે કુવો ખોદનાર, એનબાજમાં ગયેલા વખતનો અભ્યાસ પરિક્ષાને વખત રાત્રિદિવસ મેહેનત કરી પાસ થવામાં ભૂખણ માને છે, પરંતુ એવા શ્રમથી પરીક્ષા પછી કેટલાક માંદા થઈ શરીર બગડે છે, અને શરીરમાં રોગનું બીજ રોપાય છે, એ વાત તેમને સમજતી નથી. વખત વિશે વાસ્તવિક રીતે જોતાં હુમેશ સવારે સાડાઘ સાતથી નવ સુધી બે અઢી કલાક અને સાંજે નિશાળમાંથી આવ્યા પછી વિશ્રાંતિ લઈ આડથી દસ સુધી બે કલાક મળી ચાર સાડા ચાર કલાકનો વખત અભ્યાસ કરનારને થોડો નથી, અને નિશાળમાંથી છુટ્યા પછી વશ્રાંતિ પણ મળી શકે છે. તેમ નિશાળમાં પણ કલાક અડધા કલાકની વિશ્રાંતી મળે છે. ઉત્સાહી વિદ્યાર્થી તો નિત્ય અભ્યાસ કરતોજ રહે છે. મનુ સ્મૃતિના અધ્યાય ૨ શ્લોક ૧૯૧ માં કહ્યું છે કે:-

॥ ચોદિતો ગુરુણા નિત્યમપ્રચોદિત યઃ વા ॥

॥ કુર્યાદધ્યયને યત્નમાચાર્યસ્ય હિતેષુ ચ ॥

અર્થ—ગુરુએ નિત્ય આજ્ઞા કરી હોય કે ન કરી હોય, પરંતુ અધ્યયન વિશે અને આચાર્યના હિત કર્મમાં હમેશા યત્ન કરવો. એના આવાર્થ એ છે કે ગુરુએ પાઠ આપ્યો હોય કે ન આપ્યો હોય તો પણ શિષ્યે અભ્યાસ વધારતા રહેવું અને પરીક્ષા વખતે ગુરુને યશ આપવું.

રાતે અભ્યાસ કરવા બેસવું હોય તો દીવા તરફ પીઠ કરી બેસવું, તેથી દીવાના કીરણ સીધા આંખઉપર ન પડી આંખને ઘનિ આવતી નથી. નવ દસ વાગતા સુધી અભ્યાસ કરી સુઈ જવું. રાતે ઓછામાં ઓછી બે પ્રહર એટલે છ તાસ ઉંઘ લેવી જોઈએ.

કેટલાક છોકરાઓ કોઈપણ પુરતો અભ્યાસ ન કરતા અધુરો મુકી દે છે પણ એમ વિદ્યાભ્યાસવિશે કંટાળે કરવો એ પોતે પોતાની હાનિકરનાર છે એ છોકરાઓ સમજતા નથી. ભત્રુંજી નીતિ-શતકમાં કહ્યું છે કે:

॥ વિદ્યાનામ નરસ્ય રૂપમાધિકં પ્રચ્છન્ન ગુપ્તં ધનમ્ ॥

॥ વિદ્યા ભોગકરી યશઃ કલકરો વિદ્યા ગુરુણાં મુરુઃ ॥

॥ વિદ્યા બંધુજને વિદેશગમને વિદ્યા પરં વૈષ્ણતં ॥

॥ વિદ્યા રાજસુ પૂજ્યતે નતુ ધનં વિદ્યા વિહીનઃ વશુઃ ॥

અર્થ—વિદ્યા એજ પુરુષનું આધિક રૂપ છે, સારો રૂપાળો હોય તેને કોઈ પુછતું નથી, પણ વિદ્વાન કુરૂપ હોય તેનેજ માન મળે છે. વિદ્યા એ ઢાકેલું ધન, તે ભોગ યશ તથા સુખને આપનારી છે, એટલે વિદ્વાનને ધન યશ અને ભોગ્ય વસ્તુ સેહેજ મળે છે, વિદ્યા એ ગુરૂની પણ ગુરૂ, પ્રવાસમાં બંધુજન સમાન છે, એટલે વિદ્વાન છે તેને પ્રવાસમાં પણ વિદ્યાથી પૈસો ઇત્યાદિ મળી શકે છે, એવી વિદ્યા એ મોટું દૈવત છે, રાજ દરબારમાં વિદ્યાજ પૂજ્ય છે એટલે રાજ દરબારમાં ધનયાન કરતાં વિદ્વાનનેજ માન છે. વાસ્તે વિદ્યાભ્યાસને વિષે તત્પર રહેવું. વિદ્યાવૃગ્ગરને માણસ પશુસમાન છે. જેને પુરતી વિદ્યા નથી તેને વહીતરાની પેઠે સંસાર ખેંચવો પડે છે. અધુરા અભ્યાસવાળો અધુરા ઘડા પેઠે છલકાઈ જાય છે, તેને વિદ્યાનો ગર્વ થાય છે; અને પોતે પંડિતમન્ય થઈ બેસે છે, કોઈની સારી શિખામાણ સ્વીકારતો નથી ને પોતાના અરધા કાન્યા વિચાર પ્રમાણેજ દોરાય છે, ને તેથી ઘણા ખતા ખાઈ છેવટ ભવિષ્યમાં સુખી થવું હોય તો ઠેકાણે આવે છે. ભર્તૃહરિએ કહ્યું છે કે:-

અજ્ઞાનમારાધ્ય સુખતરમારાધ્યતે વિશેષજ્ઞઃ।

જ્ઞાનલવડુર્વિદગ્ધં બ્રહ્માપિતં નરં ન રંજયાંતા।

અર્થ—સાવ અજ્ઞાની મનુષ્ય સેહેલી રીતે સમજાવવા યોગ્ય છે તેમવિશેષ જાણનાર પણ વધારે સેહેલાઈથી સમજાવી શકાય છે

પણ જ્ઞાનના લેશમાત્રથી પોતાને પંડિત માનનાર મનુષ્યને પ્રજ્ઞપતિ  
 • ( બ્રહ્મદેવ ) પણ સમજવી શકે નહીં. અધુરા અભ્યાસના સંબંધમાં  
 બીજું એક કારણ એ છે કે હાલના કેટલાક ગરમ મિજાજના વિદ્યાર્થીઓનું  
 અને માસ્તરોનું બનતું નથી અને તેમાં છોકરાઓ એક  
 નિશાળમાંથી બીજી નિશાળમાં જાય છે અને એ રીતે તેમના એક  
 ધોરણનો અભ્યાસ પૂરતો ન થતાં પરીક્ષા વખતે નાપાસ થઈ કંટાળી  
 અભ્યાસ છોડે છે, અને જેવે તેવે નાકરી ધંધે વળગી કષ્ટે સંસાર  
 ખેંચે છે. આ બાબતમાં હું પ્રથમ શિક્ષક વર્ગની ક્ષમા માગી કેહેવાની  
 રજા લઉં છું કે, હાલની સ્થિતિ પ્રમાણે વિદ્યાર્થીમાંથી તરત માસ્તર પ-  
 ણું પામેલા અને પૂર્ણ અનુભવ ન મેળવેલા એવા કેટલાક માસ્તરોનો  
 આમાં કેટલેક અંશે દાષ છે. શિક્ષકો તો શાંત, દાંત ( ઇંદ્રિયોનું દમ  
 ન કરનાર ) નિસ્પૃહી, દયાળુ, નિષ્પક્ષપાતી, અનુભવી, ડરેલા મિજાજના  
 હોવા જોઈએ. પરંતુ હાલના કેટલાક શિક્ષકોનું વખતે આથી  
 કાંઈક વિરુદ્ધ વર્તન થાય છે. મુખ્યત્વે તો આમાં વિદ્યાર્થીનીજ ભૂલ  
 માનવી જોઈએ, કેમકે પોતાના મતલબ ઉપર ધ્યાન રાખી કોઈને વ  
 શ રાખી માસ્તર પાસેથી પોતાની મતલબ સાધી લેવી જોઈએ, તે ન-  
 વચારતા ઉલટ માસ્તરો સાથે ઉદ્ધતપણાથી વર્તી પોતાના લાભમાં  
 હાનિકરી લે છે. જેને પરમેશ્વરે વિચાર શક્તિ આપી છે. તેણે તો પૂર્ણા  
 ભ્યાસના સંબંધમાં ખુબ વિચાર કરવો. આજીવન નીતિમાં કહ્યું છે કે :

યસ્ય નાસ્તિ સ્વયં પ્રજ્ઞા  
શાસ્ત્ર તસ્ય કરોતિ કિમ્ ।  
લોચનાભ્યાં વિહીનસ્ય  
દર્પણઃકેં કરિષ્યાતિ ॥ ૧ ॥

અર્થ—જેને પોતાની બુદ્ધિ નથી તેને ઉપદેશ શું કરી શક !  
કેમ કે નેત્ર રહિત મનુષ્યને દરપાણ શું ? વાસ્તે પોતાના લાભલાભ  
સંબંધી પોતે પોતાનેજ વિચારવાનું છે. આપેલી બુદ્ધિ ક્યાં સુધી  
પોહોએ ! અભ્યાસને વ્યત્યય આણનાર બીજું કારણ આજસ  
અને ચેતબાજ છે. આજસ અને ચેતબાજ એ બેનું જોડું છે, તે-  
થી હુખરૂપીજ પ્રજા ઉત્પન્ન થાય. તેટલા માટે અભ્યાસના સમય-  
માં આ બન્નેના સુખના ક્ષણિક લાભમાં લલચાઈ આપણા આગ-  
લા અભ્યસનમપર્યંતના સુખને ટાળવું નહી. વાસ્તે જે અભ્યાસ કર-  
વો તે પૂર્ણ કરવો સારો.

હાલમાં વિદ્યાભ્યાસ એટલે ફક્ત અંગ્રેજી ભાષાનું જ્ઞાન મે-  
ળવવું એજ સમજ છે. પરંતુ એ વિદ્યા નથી. એતો ચૈદ્યવિદ્યા અને  
ચોસક કળા પૈકી અનેક ભાષાજ્ઞાન એક ગુણ છે તે છે. પરંતુ હાલ  
એ રાજકર્તાની ભાષા હોવાથી તેના વિશેષ ઉપયોગ છે તેમ તે  
ભાષામાં અનેક વિદ્યા કલાકૌશલ્યના ગ્રંથો જેમ મળી આવે છે તેમ  
આપણી ભાષામાં નથી. અને આપણી મૂળ આર્યભાષા જે સંસ્કૃત  
તેમાં છે તેમાંથી ઘણાખરા ઉપલબ્ધ નથી, વાસ્તે અંગ્રેજી ભાષાનું  
જ્ઞાન મેળવવું હાલ અગત્યનું છે. અંગ્રેજી ભાષાજ્ઞાન સાથે સંસ્કૃત



ભાષાનું જ્ઞાન પણ ઘણું ઉપયોગી છે. ત્યારે વિદ્યાભ્યાસ એટલે શું તે કહું છું.

અભ્યાસના મુખ્ય બે ભેદ મનાય છે, એક વિદ્યાભ્યાસ અને બીજો કલાભ્યાસ. શુદ્ધનીતિના અધ્યાય ૪ ના ત્રીજા પ્રકરણમાં કહ્યું છે કે:-

यद्यत्स्याद्वाचिकं सम्यक् कर्म विद्याभिसंज्ञकम् ।

शक्तो मूकोपियत्कर्तुं कलासंज्ञं तु तत्स्मृत ॥

વાણીથી જે સારી રીતે શીખી શકાય એવા ગુણ તે વિદ્યા, ને જે મું-ગો પણ કરવા સમર્થ થાય એવા ગુણ તે કલા કહેવાય છે. આપણા શાસ્ત્રકારે વિદ્યા ચૌદ પ્રકારની અને કલા ચોસટ પ્રકારની કહી છે. એ ચૌદ વિદ્યા અને ચોસડ કલાના વિદ્વાનોએ નિચે પ્રમાણે\* વર્ગ કર્યા છે

• નિર્વાહમાટેની વિદ્યા અને કળા.

૧ વૈદ્યશાસ્ત્ર—એમાં સર્વ પ્રકારની ઔષધી, તેના તત્વ, સ્વરૂપ, ગુણદોષ તથા સર્વ પ્રાણીઓની શરીર રચનાનું જ્ઞાન, રોગ થવાના કારણરૂપ તથા તે ઉપર ઔષધિ અને શાસ્ત્રના ઉપચાર વગેરે વૈદ્યક સંબંધી સર્વ વિદ્યા આવી જાય છે.

\* યદુવંશીય ઠાકરશી સુત પ્રયાગજી કૃત પ્રમાણુ સહસ્રી પુસ્તક પાન ૨૨. આ પુસ્તક હમેશ પાસે રાખી વાચવા લાયક છે. ને તેની કીમત ૮ પાસ ૬ સીલ મુદાં ૩ રાન્ છે. આ પુસ્તક મુંબઈમાં પ્રગટ નેશારામ મુકદ્દમી દકાને મળે છે.

**૨ વ્યવહાર શાસ્ત્ર**—એમાં સર્વ પ્રકારના વ્યવહાર સારી રીતે ચલાવવા માટે રાજ્યે બાંધેલા નિયમ અર્થાત. કાયદા સંબંધી સર્વ વિદ્યા આવી જાય છે.

**૩ યુદ્ધશાસ્ત્ર**—સર્વ પ્રકારના વ્યૂહ, કવાઈત શસ્ત્ર અસ્ત્ર ઇત્યાદિ મિત્રીઠરી એટલે લડાઈ સંબંધી વિદ્યા.

**૪ કૃષિકર્મ શાસ્ત્ર**— ખેતીવાડી બાગાઈત સંબંધી વિદ્યા.

**૫ નૌકા શાસ્ત્ર**—જળ માર્ગે એક સ્થાનથી બીજે સ્થાને નિર્વિઘ્નપણે જવા સંબંધી સર્વ વિદ્યા.

**૬ વ્યાપાર શાસ્ત્ર**—એમાં સર્વ પ્રકારના વ્યાપાર ઉપયોગી પડતા લખાણ રીતીભાત વગેરે સંબંધી સર્વ વિદ્યા આવી જાય છે.

**૭ શિલ્પશાસ્ત્ર**—મેહેલ, ઘર, તલાવ, વાવ, પુલ, સડકો વગેરે બાંધ કામ કરવાની સર્વ વિદ્યા. એ જીનીયરીંગ.

**૮ કલાશાસ્ત્ર**—એમાં કડીઆ, સુતાર, લુહાર, સોની, કંસારા, કુંભાર, ઘાંચી, મોચી, હુન્તમ, ઘોબી, રંગારા, દરજી, કાંતનાર, વણનાર, ગુંથનારા, ભરનારા, જડીઆ, રાંધનાર, ચીતારી, છીપા, કોતરનાર, ઇત્યાદિ અનેક પ્રકારના કારીગરોની કળાઓ, તે કળામાં તથા સર્વ વિદ્યામાં ઉપયોગી પડતા યંત્રો બનાવવાની કળાઓ અને તે યંત્રો બનાવવામાં જોઈતી અને તે કળાઓ દ્વારા વપરાતી અનેક પ્રકારની કાચી વસ્તુઓ, પૃથ્વી

જળ' તેજ તથા વાયુમાંથી શોધી કાઢી પ્રસિક્ષિમાં લાવવાની કળા, ઓ ઇત્યાદિ સર્વ પ્રકારના હુન્નર તથા કળા કૌશલ્યનો સમાવેશ થાયછે.

## ઉપલી વિધાને સહાયકારી વિધા.

૧ ગણિત શાસ્ત્ર—એમાં અંગગણિત, બીજગણિત, ભુમિતિ ઇ. સર્વ પ્રકારના હિસાબ ગણવાની વિધા આવેછે.

૨ ખનિજ પદાર્થ વિજ્ઞાન—એમાં ખાણમાંથી નિકળતા ધાતુ, ખાર, તેલ, કોળસા તથા ચૈતન ઇત્યાદિ વસ્તુના વિવેચન સંબંધી સર્વ વિધા.

૩ સિદ્ધપદાર્થવિજ્ઞાન.—એમાં સૃષ્ટિમાં જોડલા મુળતત્વો છે તેટલાનાં નામ તથા સ્વાભાવિક ધર્મ વિષે વિવેચન સંબંધી સર્વ વિધા આવી જાય છે.

૪ રસાયણ શાસ્ત્ર—એમાં મુળતત્વો એકલા મળી અનેક પદાર્થ થયેલા છે તે તથા પદાર્થોનું મિશ્રણ થવાથી ઉત્પન્ન થતા અનેક ચમત્કાર સંબંધી સર્વ વિધા આવે છે.

૫ ભુગોલ શાસ્ત્ર—પૃથ્વીનો આકાર, તે ઉપરના દેશ, નગર, ગામો પર્વતો, નદીઓ, ઇત્યાદિ સ્થાન વર્ણનની વિધા.

૬ જ્યોતિષ શાસ્ત્ર—એમાં આકાશમાં રહેલ સૂર્ય ચંદ્ર ગ્રહ

ઉપગ્રહ તારા નક્ષત્રાદિ ઝોલના રૂપ, મહત્વ, અંતર તથા ગતિ સંબંધી કળા જાણાવનારી સર્વ વિદ્યા આવેછે.

૭ સામાન્ય નીતિ—એમાં મનુષ્યે વ્યવહારમાં કેવી રીતે વર્તવું ઇત્યાદિ નીતિ આવેછે. વિદુરનીતિ, શુકનીતિ, પંચતંત્ર, વૃક્ષચાણુખ્ય ઇત્યાદિ પુસ્તકો એ વિષયના છે. એથી માણસ નીતિવાન, તર્કબાજબુત્તે, મુત્સદ્દી બને છે.

૮ રાજનીતિ—એમાં રાજ્યે પ્રજાનું પાલન શી રીતે કરવું. દેશનું રક્ષણ કેમ કરવું અને કલા કૌશલ્ય તથા વ્યાપારની વૃદ્ધિ કેમ કરવા અને શત્રુને સામદામદાંડભેદ કરી કેમ વશ્ય કરવો, નોકર કેવા રાખવા, તેમને કેવા વર્તીવવા વગેરે સર્વ વિદ્યા આવી જાય છે. રાજનીતિ બધાએ જાણવી જોઈએ, સંસારમાં પોતાનું ઘર એ એક રાજ્ય છે, ને ઘરના ધણી એ રાજા છે, તેની સ્ત્રી એ પ્રધાન છે, પુત્ર પુત્રીઈ એ પ્રજા છે, આડોશીપાડોશી આસપાસના રાજ્યો છે, તેમ નોકરીયાત લોકોને રાજકાર્યમાં રાજનીતિ ઉપયોગી પડતી છે.

## મૃદ્ધિજ્ઞાન મેળવી કુશળ થવાની વિદ્યા.

૧ ભૂગર્ભ શાસ્ત્ર—એમાં પૃથ્વીના પેટમાં રહેલ ઉબણ પ્રવાહી રસ ઉપર કાળે કરી અનેક પ્રકારના થરો થઈ પૃથ્વીના પૃષ્ઠ હ-માણાની સ્થિતિએ કેમ પોહોંચ્યો, તે સંબંધી સર્વ વિદ્યા આવી જાય છે.

૨ મનુષ્ય જાતિ વિચાર—ભૂગોળના સર્વ ભાગમાં વસનાર મનુષ્યોના જુદાં જુદાં કદ, વર્ણ, ચેહેરા તથા રીત ભાત જાણવા સંબંધી સર્વ વિદ્યા આવી જાયછે.

૩ પશુ જાતી વિચાર	} ભૂગોળના સર્વ ભાગમાં વસનાર અનેક જાતના પશુ પક્ષી કીટપતંગ જલચર અને વનસ્પતીની જાતિ કદ રૂપ રંગ વગેરે સંબંધી વિદ્યા.
૪ પક્ષી જાતી વિચાર	
૫ કીટપતંગાદી જાતિવિચાર	
૬ મત્સ્ય જળચરાદિ જાતિવિચાર	
૭ વનસ્પતિ જાતિ વિચાર	

૮ પાષાણુ જાતિવિચાર—ભૂગોળના સર્વ ભાગમાં નીકળતા પાષાણુની જાતિ રંગ તથા બનાવટ જાણવા સંબંધી સર્વ વિદ્યા.

અવકાશનો સમય નિર્ગમન કરી જ્ઞાન મેળવવાની વિદ્યા.

૧ ઇતિહાસ—એમાં દેશ દેશના યદ્ય ગયેલા રાજા તથા પ્રજાના વૃત્તાંતો, રાજ્ય કાંતીઓ ચઢતી પડતીની હકીકત આવે છે.

૨ ચરિત્ર લેખન—વર્તમાનકાળના રાજા તથા પ્રજાના ચરિત્ર લેખવાની વિદ્યા.

૩ ઊર્સાલકાર શાસ્ત્ર—એમાં સાંભળવામાં મીઠાસ ઉત્પન્ન થાય

એવી આલંકારિક લાખા કેમ લખવી તે સંબંધી સર્વ વિદ્યા આવે છે.

૪ છંદ શાસ્ત્ર—કવિતા (કવન) કરવા સંબંધી વિદ્યા.

૫ ગાયન શાસ્ત્ર—રાગ રાગિણી, તાલ સૂર ઇત્યાદિ ગાવાની વિદ્યા.

૬ તર્કવિદ્યા—એમાં સર્વ પ્રકારના તર્ક સંબંધી વિદ્યા આવી જાય છે.

૭ યોગ વિદ્યા—એમાં સર્વ ઇન્દ્રિયોને વશ કરી ચિત્તને સ્થિર કરવાની સર્વ વિદ્યા આવે છે.

૮ શ્રદ્ધા વિદ્યા—એમાં જગત, જીવ, ઇશ્વર તથા પરમાત્મા સંબંધી સર્વ વિદ્યા આવે છે. શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતા, વેદાક્તધર્મપ્રકાશ, શ્રીદયાનંદ સ્વામીકૃત સત્યાર્થપ્રકાશ ઇત્યાદિ ગ્રંથ એ વિદ્યાના છે.

એ સર્વ વિદ્યા અને કલાઓનો સંપૂર્ણ અભ્યાસ કરવા માટે શેકડો વર્ષ જોઈએ, જે મનુષ્ય શરીરથી બનવું અશક્ય છે. કેમકે તેનું આયુષ્ય માત્ર સો વર્ષનું છે, માટે લાખા લીખી શીખી સંસારમાં જેનાથી પોતાનો નિર્વાહ ચાલી શકે એવી એક વિદ્યા અથવા કલાનો સંપૂર્ણ અભ્યાસ કરવો. કહ્યું છે કે:-

एकपि विद्या गुणदत्तराणां ।

याचेत्तमारेति सैव धन्या ॥

અર્થ—એકપણ ને પરિક્ષકોના મનમાં ડસે તેજ વિદ્યા ધન્ય છે, એટલે એકજ વિદ્યા કરવી પણ તે પૂર્ણ પણે કરી પાસ થઈ તેમાં પૂર્ણિતાનું સરટીક્રીકેટ ( ડિપ્લોમા ) મેળવે તેનેજ ધન્ય વાદ છે. નેમ નેમ પુરૂષ શસ્ત્ર વિચારે તેમતેમ તેમાં વિશેષ ખુબીજ જાણાસે અને રૂચિ લાગશે, પરંતુ લક્ષ્ય લગાડે તો. લક્ષ્ય એજ સ્મરણ. જે કોઈ શબ્દ કે પાઠ લક્ષ્ય લગાડયા વગર ઘણીવાર સુધી ગોખીએ તોપણ મોઢે ચઢશે નહીં, અને તેજ લક્ષ્ય પૂર્વક જે પાંચ દસવાર કયો હોય તો ઝટ મોઢે ચઢશે. વાસ્તે જે હામથાં લીધું તેના તો સાધ્ય થતા સુધી નિરાલસ્યપણે ખ્યાલ છોડવો નહીં. આજસ એજ મુખ્યત્વે આપણો વેરી છે ભત્ર હરિએ કહ્યું છે કે:-

आलस्यं हि मनुष्याणां

शरीरस्थो महारिः ।

नास्त्युद्यमसमो बंधुः

कृत्वा यन्नावसीदति ॥

અર્થ—આજસ એ માસણના શરીરમાં રહેલો શત્રુ છે અને ઉદ્યમ સમાન કોઈ બંધુ નથી. કેમકે જે કરવાથી મનુષ્ય દુઃખી થતું નથી. માટે આજસ છોડી એક વિદ્યા વા કળા પાકી કરી બાકીની સર્વવિદ્યાનું તથા બીની શકે તેટલી કળાનું સામાન્ય જ્ઞાન મેળવી સર્વ વાતે કુશળ થવું.

જેથી નિર્વાહ પણ ચાલે, ને કોઈથી ઠગાઈ ન જાય, ને બહુશ્રુતપણુ આવે છે. વળી અવકાશને સમય તે તે વિદ્યા કરાના ગ્રંથે. વાંચવાથી કંટાળો ન આવે અને કાંઈ નવીન શોધ હાથ લાગે.

હવે અભ્યાસમાં અંતરાય આણનારી કેટલીક બાબતો વિશે નિયમ કહું છું. મનુસ્મૃતીના અધ્યાય ૨ ( બ્રહ્મચર્ય ) શ્લોક ૧૭૭ થી ૧૮૧ સુધીમાં કહ્યું છે કે:—

વર્જયેન્મધુમાંસં ચ ગંધં માલ્યં રસાન્નિયઃ ।

શુક્તાનિ યાનિ સર્વાણિ પ્રાણિનાં ચૈવ હિંસનમ્ ॥ ૧૭૭ ॥

અર્થ—મધુ એટલે મધ, માંસ, ગંધ એટલે અત્તર વગેરે, માલ્ય એટલે કુલ્લના હાર ગજરા કલગીઓ, રસ, સ્ત્રી, અને સર્વ પ્રકારનો કામોદીપક આથો, પ્રાણી માત્રની હિંસા એટલા વાના બ્રહ્મચારીએ ( વિદ્યાર્થીએ ) તજવા.

અભ્યંગ મંજનં ચાક્ષ્ણોરુપાનચ્છત્રધારણમ્ ।

કામક્રોધં ચ લોભં ચ નર્તનં ગીતવાદનમ્ । ૧૭૮ ।

અંગનું લેપન મર્દન એટલે સુવાસિક મસાલા લગાડી સ્નાન, આંખે અંજન એટલે મુરમોવગેરે, છત્રી, કામ એટલે વિષયવાસના, ક્રોધ, લોભ, નાચપેડક ગાયન તમાશા, વાજ વગાડવાં એ સર્વ બ્રહ્મચારીએ તજવા.

દુતં ચ જનવાદં ચ પરિવાદં તથાનૃતમ્ ।

સ્ત્રીણાં ચ પ્રેક્ષણાલંભમ્ ખાતં પરસ્ય ચ ॥ ૧૭૯ ॥



જુગાર, લોક સાથે વાદવિવાદ એટલે કહ્યો ઝગડો, ખોટી, નિંદા, જૂઠું, સ્ત્રીયો ઉપર વિષય વાસનાની નજર, તેમનું આલિંગન તથા ખીજને ખરાબ કરવાનું કર્મ એ પણ તજવું-

एकः शयीत सर्वत्र न रेतः स्कन्दयेत्काचित्।

कामाग्निं स्कन्दयेन्नेतोहिनास्ति व्रतमात्मनः ॥ ૧૮૦ ॥

સર્વત્ર એકલા પલંગ વિના સુવું, કામ વાસનાથી વીર્ય પડવા ન દેવું, કામ વાસનાએ કરી વીર્ય પડયાથી પોતાના વ્રતનો ભંગ થાયછે.

स्वमेसिता ब्रह्मचारी द्विजः शुक्रमकामतः ।

સ્નાત્વાકમર્ચયિત્વાત્રિઃ પુનર્મામિત્યૃચં જપેત્ ॥ ૧૮૧ ॥

કામવાસના કર્યાવિના સ્વપ્નામાં વિર્ય પડે તો ઝટ પ્રભાચારી દ્વિ-  
જે સ્નાન કરી “પુનર્મામેતિવંદિયમ” એટલે “ મને પાછું વીર્ય મળે ”  
એ વેદ કથા ત્રણવાર ભણી સુર્યની આરાધના કરવી.

આ ઉપરના પાંચ શ્લોકનો ખુલાસો:—

પેહેલાશ્લોકમાં પ્રથમ મધમાંસનો નિધષે કર્યોછે. મધમાંસ  
એ આર્યશાસ્ત્રપ્રમાણે અપવિત્ર વસ્તુછે- આર્યશાસ્ત્રના ધર્મ બધાર  
જો શરીરો રોગ્યતા, યોગમાર્ગ, સામાજિકસુખ, દેશહિત, અને ધર્મ-  
રક્ષિત ઇત્યાદિ ઉપર લક્ષ્યરાખી થયેલાછે એ હુમેશ ધ્યાનમાં રાખ  
વુંજોઈએ. મધમાંસ એ શરીરોરોગ્યતાને હાનિ કરનારૂંછે. તેના સે-

વનથી માણસકૂર, સ્વચ્છંદી, અને સુસ્ત થાયછે, તથા અનેક ખરા-  
ખમાર્ગે દારાયછે, તેથી અર્થાત અભ્યાસ ખરોખર ન થાય. તેમ મધમાંસ  
એ ઘણું દુર્ગંધીછે. માણી માત્રનું શરીર તેના આહારથી બનેલુંછે  
અને તેથી આહાર પ્રમાણે માણસની પ્રકૃતી સ્વભાવ થાયછે તેમ શરીરે  
વાસ પાણુ આહાર પ્રમાણે આવેછે. દારૂ પીધેલા માણસના પરસેવાની  
દુર્ગંધ આવેછે, અને તે જો પાસેથી જાયતો ખરાબ બાસ મારેછે એમ  
ઘણી વખતે અનુભવ આવેછે. તેમ ખાડ દૂધ વગેરે સાત્વિક  
આહાર વાળા માણસના શરીરને દુર્ગંધ આવતી નથી. તેમજ  
મધ એ માદક પદાર્થ એટલે કેફી ફીજ છે; કેફ આવવાનું  
મુખ્ય કારણ પિત્તના પ્રકોપ છે; પિત્તના પ્રકોપથી વીર્ય  
પિગળે છે અને તેથી ધાતુ જવાનો રોગ થાયછે. વીર્ય એજ  
શરીરમાં શક્તિ છે. શરીરમાં વીર્ય ઓછું થાય એટલે અર્થાત  
અનેક રોગનો ઉદ્ભવ થાય, અને એથી અકાળ મૃત્યુ પાણુ  
થાય. માણસને વીર્ય એ સોળમે વર્ષે ઉત્પન્ન થાયછે અને વી-  
સ પચીસ વર્ષની ઉંમર થતાં સુધી પૂર્વ થાયછે. વાસ્તે ત્યાં  
સુધી તેના સંચય કરવો જોઈએ અને એ પ્રમાણે જો વીર્ય  
પકવ દશા એ આવ્યું હોય તોતે માણસ સદૃઢ, સશક્ત, બ-  
હીષ્ઠ થાયછે, તેનું મગજ ભરેલું તર રહેછે, તેથી તેની બુ-  
દ્ધિ પાણુ તીવ્ર રહેછે. તેનાથી મેહેનત થઈ શકેછે અને તેની પ્ર-  
જ્ઞ પાણુ સારી સશક્ત થાયછે. પાણુ જો કાચી ઉંમરમાંજ વીર્યનો ગેર-

ઉપયોગ ક્યો હોય તો તેના સંચય થઇ શકતો નથી અને પછી અ-  
પુરતા વીર્યને લીધે માણસ અશક્ત થાય, મગજ ખાલી થાય, માથું  
હ્રમેશ દુખે. તેનાથી વિચાર શક્તિનું કામ થાય નહીં, મેહેનત થાય  
નહીં અને તેના નિર્બલ વીર્યને લીધે તેની પ્રજા પણ અશક્ત થાય  
એ રીતે દિવસે દિવસ પ્રજા નિર્બલ થતી જાય એવી અશક્ત પ્રજાના  
હાથે મોટમોટા દેશ કદ્યાણના કામની શી આશા! આ વિદ્યાર્થી વ-  
યમાંજ ઘણું સંભાળવાનું છે તેથી બધી વાતે હાનિ કારક મધમાંસ  
એ, વિદ્યાર્થીએ અવશ્ય તજવું જોઇએ. તેજ પ્રમાણે ગંધ એટલે અ-  
તર વગેરે સુવાસ કુલના હાર, ગજરા; રસ એટલે શરબતો ઇત્યા-  
દિ પેય પદાર્થો; સ્ત્રી, ક્રમોદ્દીપક આથા એ બધી ચેન બાજની  
ચીજો વીશ પચીસ વરશની પકવ દશાએ આવતા સુધી હાનિ  
કરતાં છે એ અવશ્ય ધ્યાનમાં રાખવું જોઇએ. ક્ષણિક સુખવા-  
સ્તે લાંબું શુભ અગાડવું નહીં. પેહેલા શ્લોકમાં બીજું પ્રાણીમા-  
ત્રની હિંસા ન કરવા વિશે કહ્યું છે. નાની વયથી જોવો અભ્યાસ હોય  
તેવી માણસની સ્વભાવ પ્રકૃતિ થાય, નાની વયમાં જો નિર્દય  
કર્મ કરવાની ટેવ પડે તો તે માણસ નિર્દય થાય અને ન્યાય-  
પ્રકરણના કામનો થાય નહીં. દયાધર્મ એ તો આપણા આર્યલોકો-  
નું મુખ્ય પ્રીત છે. વાસ્તે અહિંસા ધર્મ પાળવો.

બીજા શ્લોકમાં અંગને સુવાસિક મસાલો, આંખે અંજન,  
ગાયન, નાચ ખેડક, તમાશ જે કે મનોવૃત્તીને વ્યગ્ર કરી અભ્યર્ચન

ભંગ કરે; તેમજ વાજાંત્ર વગાડવું એ જે વજર્ય કર્યા તે પણ અભ્યાસ-  
માં અંતરાય આણનારી એનઆજી જાણીનેજ. તેમજ જોડા અને  
છત્રી એ જોડે માત્ર શરીર સંરક્ષણ વાસ્તે છે તો પણ તેથી શરીર ના  
જુક અવસ્થામાં આવેછે, જેથી વખતે જોડાવગર બહાર જવાતું નથી  
તેમ ટાહાડ તડકામાં ફરવાનું નથી. એવા પુરૂષો સ્વદેશને વાસ્તે તો ર-  
હ્યું પરંતુ પોતાના સ્વાર્થ વાસ્તે પણ શરીરે ટાહ તડકો વેઠી શકશે!  
પ્રહ્લચર્યના યથાશાસ્ત્ર નિયમે આપણા આર્ય પૂર્વજોએ પાળી શરીર.  
સદૃઢ સશક્ત, ટાહાડ તડકો ખમે એવા ન કરી નાજુક બન્યા હોત તો  
જગતમાં પૂજ્ય માનવંત આર્યનામનું ભૂષણ આપણે આજે કયાંથી  
ભોગવત!

ત્રિજ શ્લોકમાં ધ્રુત એટલે જુગારના નિષેધ છે. જુગારની હા-  
રજીતથી મન લલચાઈ પછી માણસ ચોરી કરવા લાગેછે, જુક બોલવા  
શીખેછે, કજીઓટંટો મારામારી એવા કેટલાક કુકર્મમાં પ્રવૃત્ત થાયછે.  
અને નાની ઉમરથીજ જો કુકર્મ કરવા લાગે તો તે મોટાપણામાં ઘણા અ-  
ધમ થાય, અને માઆપના, ધર્મના, દેશના નામને બટો લગાડે, એ-  
વી સર્વપરી ખરાબ રમતની તો વિદ્યાર્થીએ પડખે ચડવું નહીં. અ-  
ને સ્ત્રીની બાબતમાં જે આજ્ઞા છે તે તો મુખ્યત્વે પુરૂષનું તેજ, રૂપ, શ-  
ક્તિ, એવું જે વીર્ય તેની રક્ષા બદલછે. તેમજ ચોથો તથા પાંચમો શ્લો-  
ક પણ પુરૂષનું જીવન માણુ જેવીર્ય તે કોઈવાતે પણ ચલાયમાન ન  
થાય તેવિશે નિયમ છે. વિશેષમાં એકે ૨. ૩ સુતીવખત મનમાં કામવાસ-

ના રાખવી નહી. તેથી સ્વપ્નાવસ્થા થવાનો સંભવ છે. સ્વપ્નાવસ્થા-થી માણસ બમણું ક્ષીણ થાય છે. તેથી સ્વપ્નાવસ્થા થાય તો ઉઠી નહા-ઈ પ્રાણાયામ કરવા, અગર સુતી વખતે કુંટીઝિપર ભીનાલુગડાનો ક-ટકો મુકવો. જેટલે અંશે વીર્ય શરીરમાંથી જાય તેટલે અંશે માણસનું પ્રાણબલ, શક્તિ અને પરાક્રમ ઘટે, તેમજ વીર્ય એજ શરીરનું રૂપ તેજ અને પરાક્રમ છે, તેથી જેટલે અંશે શરીરમાંથી વીર્ય ઘટે તેટલે અં-શે માણસનું રૂપ તેજ અને પરાક્રમ ઘટે. વાસ્તે ઊપલા નિયમ પ્રમા-ણે જેથી આપણને સર્વોપરી નુકસાન થતું હોય એવી વસ્તુ મનુષ્ય અગર મંડલીની પડખે પણ જાણવું નહી.

તેમજ વલી મનુસ્મૃતિના અધ્યાય ૨ ના શ્લોક ૧૮૪માં કહ્યું છે કે:—

• હીનાન્નિ વસ્ત્રવેષઃ સ્યાત્સર્વદા ગુરુસન્નિધૌ॥

અર્થ—જ્યાંસુધી ગુરુ સન્નિધિ રહેવું હોય ત્યાંસુધી (એટલે અભ્યાસ છોડતાસુધી) જનકું અન્ન ખાવું અને જડા વસ્ત્ર પહેરવાં. ખુલાસો—ગુરુ સન્નિધિ રહેવાનો કાળ તે વિદ્યાભ્યાસનો કાળ. તે કાળમાં વિદ્યાર્થીએ સાદું ખાણું ખાવું. સાદું ખાણું એટલે સાત્ત્વિક આહાર. પાછળ મધમાંસના આહારના ખુલાસામાં કહ્યું છે કે પ્રાણીમાત્રનું શરીર તેના આહાર પ્રમાણે બનેલું છે. આહારમાં લક્ષ્ય, ભોજ્ય, લેહ્ય, પેય, ઓસ્ય અને ચર્વ્ય એવા છ ભેદ છે. એ બધાનું આહાર. શ્રીમદ્ભગ-વદ્ગીતાના અધ્યાય ૧૭ શ્લોક ૭ માં આહાર ત્રણ પ્રકારના કહ્યા છે,

સાત્ત્વિક, રાજસ અને તામસ. તેમાંથી જેવો જેનો આહાર હોય તેવી તેની સ્વભાવ પ્રકૃતિ અને શરીર બને છે. એ અધ્યાય શ્લોક ૭ થી ૧૦ સુધીમાં કહ્યું છે કે આયુષ્ય, ઉત્સાહ, શક્તિ, બળ, આરોગ્ય, સુખ અને પ્રીતિ એની વૃદ્ધિ કરનાર અને જોવામાં અતિ રમણિય એવાને અન્નાદિ પદાર્થ તે સાત્ત્વિક આહાર. સાત્ત્વિક આહાર કરનાર અને વીર્ય રક્ષણ કરનારના શરીરે સુગંધ હોય છે. અતિ કડવું, અતિ ખાટું, અતિ ખાર, અતિ ઉષ્ણ અતિ તિક્ષ્ણ, અતિ રૂક્ષ (લુપ્ત, કોરું) અને જે ખાધાથી તત્કાળ શરીરે દાહ ઉત્પન્ન થાય એવા સર્ષપાદિ પદાર્થ રાજસ આહાર દુઃખ, શોક અને રોગજનક છે. તેમજ યાતયામ એટલે ઠાકું અન્ન, રસ શુન્ય દુર્ગંધયુક્ત, વાસીઅન્ન, અશુદ્ધ અને અપવિત્ર એ તામસ ગુણ જનક આહાર છે, તેથી માણસ સુસ્ત, રોગી ફૂર, દાંભિક, અભિમાની, દુર્ગંધ વાસવાળું એવું થાય છે. અને આ ઉપરથીજ વિદ્યાર્થીને સાદું સાત્ત્વિક ભોજન કરવા ઉપદેશ છે.

વસ્ત્ર પાણ ક્રૌંતુ પરત્વે સાદા ને સ્વચ્છ જોઈએ. ઇંધકી લુગડા-થી માણસ ચેનબાજ થાય છે. અને તેથી માણસનું મુખ્ય પ્રાણબળ, શક્તિ, પરાક્રમ અને આયુષ્ય એટલે જીવીતમાં ઝટ સજો પેશી તે ટુંકું થવા કારણ થાય છે.

ક્રૌંતુપરત્વેના લુગડાની બાબતમાં હાલમાં એકએવો મેનીયા (ધેલાઈ) ચાલ્યો છે કે ઉનાળામાં જાડા અગર ગરમ લુગડામુદામ પે-

હેરવા. તેથી પરસેવો ખૂબ વળી અંદરનું લુગડું ભીનું થાય એટલે શરીરે ટાડક વળે. પરંતુ વૈદિક શાસ્ત્ર પ્રમાણે જોતાં આપણા આ આર્યાવર્તની હવામાં તો ઉલટું એ નુકસાનકારક છે, જેમ ઝાઝે પરસેવો વળે તેમ માણસ વધારે અશક્ત થાય એ વાત સહુ કોઈ જાણે છે. ત્યારે ગરમીના દીવસમાં મૂળજ લોહી ગરમ થાય છે અને તેથી જીવ અકળાતો હોય છે તેમાં વળી વધારે ગરમી આપી પિત્ત પ્રકોપ વધારી ગરમ લોહીને વળી ઉકળાવી મુદામ પરસેવો ખેંચી કાઢી જાણીબુજી અશક્ત બનવું એ કયા શાસ્ત્રની આજ્ઞા! ઋતુ પરત્વે જે આપણા પેહેલેથી પોશાખ છે તે આ દેશની હવા પ્રમાણે યથા યોગ્ય છે એવું અંગ્રેજ દાકતરોનું પણ મત છે ત્યારે ભર ઉનાળામાં મોજાં, ગરમ લુગડાં પેહેરવાં એ કોનું અનુકરણ ? આ લુગડાની બાબતમાં વળી થોડુંક વધારે કહેવું છે તે એ કે સાધારણ સ્થીતીના કોટલાક છોકરાઓ એનખાજી વાસ્તે જો પોતાને ઇચ્છી કપડાં ન મળે તો બીજી સારી સ્થીતીના સ્નેહીઓના લુગડાં પેહેરી એ ન મારે છે. પરંતુ બીજાના લુગડાં પેહેરવાથી શરીર પ્રકૃતિને શું ગેરફાયદા થાય છે તે તે જાણતા નથી. કોઈનું માથું સડેલું હોય, કોઈને ખસ હોય, કોઈને દાદર હોય અગર કોઈને શરીર પર કાંઈ ગુત્પ રોગ હોય, અથવા તો કોઈને કાંઈ શરીરમાં અંદર રોગ હોય અને તે આગળ ઉપર નીકળવાનો હોય તેની કાંઈ કોઈને પેહેલા ખબર હોતી નથી, પણ તેની અસર લુગડામાં ભરાય અને તે પેહેરનારનારને અસર થાય. એવા બીજાના પરસેવાવળા ગંદા લુગડા

વાપરવા એ સ્વચ્છતા રાખવામાં પંકાયલા આર્યપુત્રોને તો ન છાને!  
વાસ્તે શરીરારોગ્યતા તરફ પગલેપગલે લક્ષ્ય રાખવું જોઈએ.

બીજું કેટલાક છોકરાઓ સંગતીથી બગડે છે. જેવા પ્રકાર-  
ના માણસ સાથે સહવાસ હોય તે પ્રમાણે અસર થયા વિના રહે ન-  
હી. કહેવત છે કે “સોખત તેવી અસર” સોખતીઓની જેવી આજુ હો-  
ય તેવી માણસની આજુ લેખાય. વાસ્તે હસવું, ખેલવું, ખેસવું ઉઠ-  
વું વગેરે વ્યવહાર સારા માણસ સાથેજ રાખવો. હલકા માણસની  
પડખે પણ ચઢવું નહી. પોતાનો ખોજ પોતે રાખવાનો છે. સંગતી પ્ર-  
માણે એકવાર જ નાપત થાય તો પછી કાચના વાસણની પેઠે સાંધ  
વી કઠણ છે. પોતાના સહાધ્યાયી અગર સમર્થધાર્થીઓની સાથે  
સોખત રાખ્યાથી ઇંઠ હેતુ જલદી સિદ્ધ પામશે વાસ્તે સંગત કરવી  
તે જોઈ મન સ્વાધીન રાખી કરવી.

શ્રોત્ર(કાન), ત્વક (ચામડી), ચક્ષુષ (આંખો), શ્રોત્ર (જીભ),  
નાસિકા (નાક) એ પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો છે અને પાચુ (ગુદ), ઉપસ્થ  
(શિશ્ન), હાથ, પગ, અને વાચા એ પાંચ કર્મેન્દ્રિયો છે. અને અગિ-  
યારમું મન તે બન્નેમાં રહેલું છે. વાસ્તે જો મન જીતાયું તો દર્શન દ્રિ-  
ઓ જીતાઈ સમજવી; અને તેજ જીતેન્દ્રિય કેહેવાય છે. જેનું મન પો-  
તાને સ્વાધીન નથી તે બીજાને શું સ્વાધીન કરી શકે! વાસ્તે મન  
સ્વાધીન રાખવાનો અભ્યાસ રાખવો.

આર્ય પૂર્વજે આ વિદ્યાર્થી વયનું કેટલું મહત્વ સમજતા!



આ વયનો એક ક્ષણ પણ ઘણોજ મહત્વનો ગણતા. કોઈ પણ પ્રકારે વિદ્યાભ્યાસમાં અંતરાય ન આવે એવા બધા નિયમો તેમણે કરેલાછે. વિદ્યાર્થીને અભ્યાસમાં અંતરાય ન આવે એટલા વાસ્તે સૂતક ( મૃતશૌચ ) પાળવાની મનાઈ છે. મનુસ્મૃતિના અધ્યાય ૫ માં શ્લોક ૯૩માં કહ્યું છે કે: —

ન રાક્ષમઘદોષો ઽસ્તિ વ્રતીનાં ચ સત્રિણામ્॥

રાજા અથવા બ્રહ્મચારી ( વ્રતી ) તેમજ યજ્ઞ કર્તા જ્યાં સુધી પોતાના કામમાં રોકાએલો હોયછે ત્યાં સુધી તેમને પોતાના સપિંડના મરાણના સૂતક ( મૃતશૌચ ) નો દોષ લાગતો નથી. એવી એવી ધર્મશાસ્ત્રો છતાં હાલ જો કોઈ વિદ્યાર્થી અને શાળા માસ્તરો સૂતકનો આધ ન ગણે તો ગેરમાહિતીને લીધે કેટલાક તેમને સુધરેલા એટલે ધર્મબ્રંષ્ટ ગણે છે.

અહાહા! આપણા પૂર્વજએ જે જે નિયમો કરેલાછે, તે બધા જેમ જેમ વિચારિએ તેમ તેમ તેમાં આર ખુબીજ નજરે આવતી જઈ કેટલો આનંદ તથા તે મહાત્માઓ વાસ્તે કેટલી પૂજ્ય બુદ્ધિ ઉત્પન્ન થાય છે! તેની સાથેજ એ મહાત્માઓની આજ્ઞાનો અનાદર કર્યાથી આપણા દેશની હાલની થતી જતી સ્થિતીનું ઉડાશી ચીત્ર નજર આગ ઉભું રહી કેટલો ખેદ થાયછે !!

કુમળું ઝાડ જેમવાળીએ તેમવળેછે, તેમમાણે માણસને જેટલેવ નાની ઉંમરમાં પડે તેજ મોટ પણે રહે; નાની વયમાંજ ઉત્તમ ગુ-

જાની ટેવ પાડવી જોઈએ; વાસ્તે માણસે હંમેશા વર્તવાના યોગસૂત્ર માં જે પાંચ યમના નિયમો અને પાંચ નિયમના નિયમો કહ્યા છે તે કહું છું:-

તત્ત્વાહિંસા સત્યાસ્તેય વ્રતચર્યાપરિગ્રહા યમાઃ ।

અને

શૌચસંતોષતપઃ સ્વાધ્યાયેશ્વરપ્રાણિધાનાનિ નિયમાઃ ।

એટલે-અહિંસા, સત્ય, અસ્તેય, પ્રહ્લચર્ય, અપરિગ્રહ એ યમ અને શૌચ, સંતોષ, તપ, સ્વાધ્યાય અને ઇશ્વરપ્રાણિધાન એટલે ઇશ્વર ભક્તિ એ નિયમ.

એના ખુલાસો નિચે પ્રમાણે:-

અહિંસા-એટલે કોઈના પ્રાણીને શરીર વાણી અગર મને કરી ન દુખવવું.

સત્ય-યત્ને કરી નિરંતર સત્ય ભાષણ કરવું.

અસ્તેય -જે ચીજનો કોઈ માલિક હોય તેના ધણીની રજા વગર ન લેવી કે નહી વાપરવી. ( ચૌર્ય )

પ્રહ્લચર્ય- એટલે ઉપસ્થેન્દ્રિયને પોતાના કબજામાં રાખી વીર્યનું રક્ષણ કરવું તે પ્રહ્લચર્ય કેહેવાય છે, જેથી કામવિકાર ઉત્પન્ન થાય એવી વસ્તુઓ પ્રયત્ન કરી વાપરવી નહીં, તેમજ તેવા સ્થલમાં જવું નહીં તેવી વસ્તુ તરફ ન જર ન કરવી. તેનું મનમાં ચિંતન પણ કરવું નહીં

સારાંશ જેથીકરી મન ચલિત ન થાય એવીરીતે વતેવું. કારણ મુખ્ય વીર્ય છે, તેથીજ શક્તિ, પરાક્રમ છે, તે વીર્યની રક્ષા આજન્મ મરણપર્યંત કોઈકજ કરી શકે છે પરંતુ વીસ પચીસ વરસની ઉમર સુધી વીર્ય પરિપક્વ થાય ત્યાં સુધી નિદાન આમ્ય ધર્મમાં પ્રવૃત થવું નહીં. જેમકુવામાં પાણીનો ઝરો લાગતાજ જોતે પાણી વાપરવા લાગીએ તો તે ન પોહોંચે, પણ સંચય થવાદઈપછી વપરાસમાં લીધું હોય તો તે ઘણાદિવસ પોહોંચે, તેજ પ્રમાણે સોળ સતર વરસની ઉમરમાં વીર્ય ઉત્પન્ન થતાજ જો તેના નિકાસ થાય તો અર્થાત તે ઘણા દહાડા ન પોહોંચે અને એવા ખાલી શરીરમાં રોગનો પ્રવેશ તરત થાય, અને તેથી આયુષ્ય ટુકું થાય; જેવી રીતે કાચું ફળ તોડ્યું હોય તો તેમાં મિઠાસ હોતી નથી અને તેનું બીજ પણ ઉગે નહીં અને કદાચ ઉગે તો તે ઝાડ નિર્જીવ થાય. અને તેને ફળપણ એવું જ સ્વાદરહિત આવે. તેજ પ્રમાણે કાચાવીર્યથી થનાર પ્રજા અશક્ત, નિર્બળ થાય તેનાથી મેહેનત થાય નહીં, તેનું મગજ ખાલી રહે, સદા રોગી રહે. એવી પ્રજાથી દેશનું દારિદ્ર્ય શું ભાંગવાનું છે ! હાલ પ્રલ્લયર્ય ન પાળનારા વિદ્યાર્થી પોતાનું અને તે સાથે દેશનું સર્વોપરિ નુકસાન કરે છે. જે કેટલાક જ્ઞાનશુન્ય નર પશુઓ ચિત્તશમનાર્થ કેટલાક વિરૂદ્ધ અનુચિત કર્મઆચરે છે, તેઓતો પોતાનું મોત જલદી આણે છે. વિહિત ચોગકરતાં વિરૂદ્ધ આચરણથી વીર્યપાત બમણો થઈ તેવાઓના શરીરાવયવો જલદી ઢીલાપડી જાય છે. અને તેઓને ક્ષય રોગ થઈ હાથ પગ ઘસડી મરી જાય છે, એવાત સિદ્ધ થઈ ચુકી છે. હવે હાલની રીત પ્રમાણે

નાનપણના વિવાહથી કેટલાક વીસ પચીસ વરસની ઉંમર પેહેલા સંસાર ધર્મમાં\* લાગે છે, પરંતુ તેથી પ્રભુચર્ય વ્રતનો ભંગ થાય છે.

+ ૧ સ્વસ્ત્રીસંયોગથી વ્યભિચાર દોષ થતો નથી પરંતુ પ્રભુચર્યવ્રતનો ભંગ થાય છે. ને તેથી વીર્યનો નાશ થતા શારિરીક તથા આત્મિક ઉન્નતિનો નાશ થાય. માટેજ શારંગધર પદ્ધતીમાં કહ્યું છે કે:—

બાલો વૃદ્ધો ડન્યવે ગાર્તો રોગી ચ ન વ્રજોત્થિયઃ ।

ધુધિતઃ ક્ષુબ્ધચિત્તશ્ચ મધ્યાન્હે તુણિતો ડબલઃ ॥

સ્થિતસ્ય હાનિ શુક્રસ્ય વાયોઃ કૌપં ચ વિદતિ ।

વ્યાધિતસ્ય રુજા પ્લીહા મૂર્છા મૃત્યુશ્ચ જાયતે ॥

અર્થ—વીસ વર્ષની અંદરના બાળક સીતેર વર્ષની ઉપરનો વૃદ્ધ, અથવા પેશાબની હાનિ થયેલો, તેમજ નબળો તથા રોગી એટલાએ સ્ત્રી સંયોગ કરવો નહીં. તેમજ ભૂખ તથા તરસ લાગી હોય તેવે વખત અથવા ચિત્ત વૃત્તિ અસ્વસ્થ હોય ત્યારે મધ્યાન્હ સમયે એટલે વખત સ્ત્રી સેવન કરવી, નહીં છતાં જો કરે તો તેથી શુક્રની હાનિ થઈ વાયુનો પ્રકોપ થાય છે. ને રોગી માણસને તો તેથી બરણનીગાંઠ અથવા મૂર્છાનો રોગ થાય છે એટલા માટેજ મહાત્મા રૂપીમુનિઓએ સ્ત્રી સેવનના નિયમ બાંધ્યા છે તે નિયમો વિશે આયુર્વેદના જ્ઞાતા ભાવ મિશ્ર પોતાના ભાવ પ્રકાશ નામના ગ્રંથના પૂર્વ ખંડના પ્રથમ ભાગમાં લખે છે કે:—

આયુષ્મન્તો મન્દ રાત્ વર્ણં બલાન્વિતઃ ।

સ્થિરો પચિત માંસાશ્ચ ભવંતિ સ્ત્રિષુ સંયુતા ॥

અર્થ—શ્રીયોને વિશે નિયમોથી વતેનારા પુરૂષ આયુષમાન (લાંબા) આગળ ચાલુ.

અપરિગ્રહ-દાન ન લેવું એટલે કોઈની પાસેથી કાંઈ

સાંધણ પાન ૪૨ ઉપરથી

જાંદગી વાળો ) મંદજરા ( લાંબે કાળે વૃદ્ધાવસ્થા ) વાળો, તેમજ શરીર, વર્ણ તથા બળે કરીને યુક્ત હોઈને સ્થીર વૃત્તિ, વૃદ્ધિ પામેલા માંસવાળો થાયછે. અને:—

શૂલકાસજ્વરશ્વાસકાર્શ્ય પાંડુવામયક્ષયા: ।

આતીવ્યયાયાજ્જાયન્તે રોગાશ્ચાક્ષેપકાદય: ॥

અર્થ-શ્લી સેવન ઘણું કરવાથી શરીર હીન વીર્ય થઈને પછી બળ, કાસ (ઉધરસ) જ્વર (તાવ) શ્વાસ (દમ) કૃષ્ણતા (નબળાઈ) પાંડુ રોગ (શરીર શીકું થઈ જાયછે તે) ક્ષય તથા આયક્રી આદિવાતરોગ થાયછે. માટે સમજી પુરૂષે નિયમીત શ્લી સેવન કરવું તે વિશે પ્રમાણ:—

ત્રિભિભિરિમિરહોમીર્હિ સમેયાત્પ્રમદાં નર: ।

અન્ય-પુરુષ ધર્મેન્તુ પક્ષાત્ પક્ષાત્ વ્રજેદ્બુધ: ॥

અર્થ-સમજી પુરૂષે ઉનાળા શિવાયની સર્વ રૂતુઓમાં દરરોજ દિવસની અંદર શ્લી સેવન કરવી નહીં ને ઉનાળામાં જુદા પંદર દિવસની અંદર શ્લી સેવન કરવી નહીંજ તેમાં પણ એટલું ધ્યાન રાખવું કે

ઉપેયાત્ પુરુષો નારી સન્ધ્યા યોને ચ પર્વસુ ।

ગોસર્ગ ચાર્ધ રાત્રે ચ તથા મધ્યવિનોપિ ચ: ॥

અર્થ-સવારે, સાંજે, પુનમને દિવસે, અમાસને દિવસે, કોઈ પણ દિવસની પાછલી રાત્ર અથવા મધ્ય રાત્રીએ, તેમજ દિવસના મધ્યાન્હકાળે શ્લી સેવન કરવી નહીં. આ જગોએ કેટલાક આર્યવિદ્યાથી અજ્ઞાત સુધારા વાળા એવી શંકા લેશેકે અમાસ તથા પુનમને દિવસે મના કરવાનું કારણ શું? તો તેનો ઉત્તર એટલોજ કે એ બંને તીથીઓમાં કાર્ય અંદર અને પૃથ્વી સીધી લીટીમાં આવતા હોવાથી તેનું આકર્ષણ વધારે હોય છે તેથી શ્લી સેવનના યોગથી હીનબળ થયેલા શરીરપર તે આકર્ષણની અસર થવાથી શરીર વિશેષ નિર્બળ થાય છે માટે એ તીથીઓમાં વળે ન દેલી છે. એજ આકર્ષણના કારણથી માંદા માણસને એ તીથીઓ ભરે

મફતન લેવું કે ન કોઈનું કાંઈ મફત ભોગવું પોતાને જે મેહને તથી મળ-  
તું હોય તેટલામાંજ ગુજરાન કરવું અને વધુ મેળવવા વિદ્યા ગુ-  
ણ ઇત્યાદિ પ્રત્યક્તને કરી સંપાદન કરવું. શુકનીતીના ૩ જ અ-  
ધ્યાયમાં કહ્યું છે કે:—

**ક્ષણશઃ કણશઃચૈવ વિદ્યામર્થંચ સાધयेत्॥**

**नत्पाद्योक्तु क्षणकणौ नित्यं विद्याधनार्थिनम् ॥**

અર્થે—ક્ષણ તથા કણથી વિદ્યા ( અનેક પ્રકારનું જ્ઞાન ) તથા ધ-  
ન સંપાદન કરવા માટે વિદ્યા તથા ધન ઇચ્છનારે એક ક્ષણ જેટલો કા-  
ળ અને કણ ( દાણાનો ) ફોગટ જવા દેવો નહીં. + વિદ્યા  
અને લક્ષ્મી એક બીજાની સહાયકારિણી છે.

### સાંધ્યણ પાન ૪૩ ઉપર થી

લા હોય છે એ સહુ કોઈ જાણે છે. એવી રીતે આર્ય પૂર્વજોએ કોઈ પણ નિ-  
યમ વ્યથા કરેલા નથી. મર્યાદાનું વર્તનારા આપણા પૂર્વજો દિવસે દિવસ  
વધારે સશક્ત થતા જતા અને હાલ ઉક્ત નિયમો તરફ દુર્લક્ષ્ય થયાથી પ્ર-  
જા દિવસે દિવસ નિર્બળ થઈ જાય છે. સ્વસ્ત્રીને ઠેકાણે રતુકાજોન ગમન એ  
પણ બ્રહ્મચર્ય કહેવાય છે.

x સંસાર પ્રપંચ પૈસાથીજ ચાલે છે. વાસ્તે તે મેળવવા તરફ અને મેળવી  
રીતસર ખર્ચ કરી સંચય કરવા તરફ લક્ષ્ય રાખવું. મળેલું હોયતે કાઢ  
કસરથી નિત્ય કાર્યો કારણ વાપરી સંચય કરતા રહેવું. પોતાની ચીજ વસ્તુ  
સાચવવાની દક્ષતા રાખવી. તેમ પાત્રાપાત્ર જોઈ પરોપકાર કરવામાં.  
દેશહિતાર્થે ધર્મકામમાં ઉદાર બુદ્ધિ રાખવી. દુનીયામાં સહુ પૈસાના સગા છે,  
અને બધા વેશ આવે છે પણ પૈસાના વેશ આવતો નથી. ખર્ચમાં આને દીવાળી

આગળ ચાલુ.

શાસ્ત્ર-સ્વચ્છતા, સુધડતા.

સંતોષ-પ્રારબ્ધ કર્મથી જે પ્રાપ્ત થાય તેમાં રાજી રહેવું તે.

૬ તપ-પાછળ કહેલી પાંચ કર્મેન્દ્રિયો અને પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો તથા અગીયારમું મન એ અગીયારને પોતાના સ્વાધીન રાખવા તેજ તપ.

સ્વાધ્યાય—નિરાલસ્ય પણે ઐહિક અને પારમાર્થિક સુખસાધનના કૌશલ્ય ઇ. સંસારોપયોગી બાબત સંબંધી અને ધર્મસંબંધી, નીતિ સંબંધી મુસ્તકો હમેશ જોતા રહેવું. એથી માણસ બહુ શ્રુત બને છે, અને તર્કબાજ, ધુર્ત, વ્યવહારજ્ઞ, અનેક વિષયમાં માહિતગાર થાય છે. સારાંશ વિધાવિશેજ હવ્યાસ અને અભિરૂચિ રાખવી.

ઈશ્વર પ્રણિધાન—એટલે ઈશ્વરભક્તિ. સર્વવ્યાપક, જગન્નિયંતા, જેનાથી આસકળ જગત ઉત્પન્ન થઈ જેને આધારે ચાલે છે, આ જગતમાંની વસ્તુ માત્ર જેના આધીન છે અને પ્રલયકાલે આ સકલ જગત પાછું જેનામાં સમાઈ જાય છે એવો જગત્પતિ, પરમ કૃપાળુ પરમેશ્વર તેને ઠંકાણે હમેશ અત્યંત પ્રીતિભાવ રાખી ખાતા પીતા ખેસતા ઉઠતા ઇ. પ્રત્યેક કામમાં પગલે પગલે તેને સ્મરતા જઈ તેના ઉપકાર માનતા જવું. તે શાંતિ કરનારે વાસ્તે તેને કોઈ શંકર, કલ્યાણદાયક વાસ્તે શીવ, વિશ્વ વ્યાપક વાસ્તે વિશ્ણુ, સર્વ વ્યાપક

---

સાંધાણ પાન ૪૪ ઉપરથી

કાલે કાગળ એમ બરચ કરવાની ટેવ ન રાખવી. વાસ્તે નાનપણથીજ વિચારી બરચ કરવાની ટેવ રાખવી.

વાસ્તે પ્રજ્ઞા, જગતનો આદિકર્તા વાસ્તે આદિપુરુષ એવા અનેક નામથી ઓલાવે છે. તેજ મનુષ્યને યશદાતા, બુદ્ધિદાતા અને રક્ષણ કર્તા છે.

આ પ્રમાણે મનુષ્યે નિત્ય ધ્યાનમાં રાખવાના પાંચ યમ અને પાંચ નિયમ યોગસૂત્રમાં કહ્યાં છે.

સારાંશ ભાઈઓ આર્ય એટલે સર્વપરિશ્રેષ્ઠ એટલે જે રૂપે રંગે પરાક્રમે કરી શ્રેષ્ઠ, જેમના ઇશ્વરભક્તિ, જ્ઞાનધર્મ, વર્તનનીતિ, રીત રીવાજ શ્રેષ્ઠ, જેમનીબુદ્ધિ ગુણ શ્રેષ્ઠ ઇત્યાદિ જે સર્વ વાતે શ્રેષ્ઠ, સત્ય સત્વગુણી તેજ આર્ય કહેવાય, અને એ બધું સંપાદન કરવા નો મુખ્ય સમય વિદ્યાર્થી વય અને સાધન પ્રહ્યચર્યના નિયમોનું પાળવું જોઈએ. તેથી “ સત્વગુણીઆર્ય ” એવી જે જગતપ્રસિદ્ધ જ્ઞાતાપી નામરૂપી જહાગીર આપણ પરાક્રમી પૂર્વજોએ આપણા વાસ્તે સંપાદન કરી મુકી છે તે આપણે આપણા આચારવિચાર થી પૂર્વજભિમાન રાખી ઓતી ન જોઈએ. અને એ આર્ય નામના અર્થ પ્રમાણે સાત્ત્વિક ગુણસંપત્તિ સાધન જાણી તે પ્રમાણે વર્તવું જોઈએ. શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતા અધ્યાય ૧૬ શ્લોક ૧ તે ૩ સુધીમાં એ દૈવી સંપત્તિ અથવા દેવ યોગ્ય સંપત્તિ એટલે સાત્ત્વિક ગુણ સંપત્તિ નીચે પ્રમાણે કહી છે.

**અમયં સત્ત્વસંતુલિજ્ઞાનયોગવ્યવસ્થિતિઃ ॥**

**દાનં દમઞ્ચ યજ્ઞઞ્ચ સ્વાધ્યાય તપ જાજવઃ ॥ ૧ ॥**



અહિંસા સત્યસત્યાગઃ શાંતિરપેક્ષમ્ ॥  
 દયામૃતપ્યલોલુપ્તમર્દન્દ્રીરચાપલઃ ॥ ૨ ॥  
 તેજઃક્ષમાધૃતિઃ શૌચમદ્રેહોન્માત્તમાનિતા ।  
 ભવંતિ સંપદં દૈવીમભિજાતસ્ય ભારત ॥ ૩ ॥

અર્થ:—

૧ અમય— નિર્ભયતા, ધીટપાણું.

૨ સત્ત્વ, સંશુદ્ધિઃ— ચિત્તની પ્રસન્નતા.

૩ જ્ઞાનયોગવ્યવાસ્થિતિ — જ્ઞાનયોગ ઉપરનિષ્ઠા, વિદ્યા-  
 કલા કૌશલ્ય, તત્ત્વજ્ઞાનથી અનેક પ્રકારનું જ્ઞાન મેળવવાનો હૃદયા-  
 સ.

૪ દાન— દેશહિત, ધર્મ કૃત્ય, સાર્વજનિક કામ, સામાજિક  
 કામ ઇત્યાદિમાં મદત, વિદ્યા કલા કૌશલ્ય ઇત્યાદિ ગુણના ઉત્તેજ-  
 નાર્થ મદત, અથવા અપંગ, દીન, ક્ષુધિત, દરિદ્રી એવા મનુષ્યને  
 મદત, ઇત્યાદિ પાત્રાપાત્ર વિચારી સંરક્ષણ શુદ્ધિથી જે આપણું  
 તે દાન.

૫ દમ— બાહ્યેન્દ્રિયોનું નિયમન, બાહ્યેન્દ્રિયોને વશ રા-  
 ખવી તે.

૬ ચક્ષુ— વૈશ્યદેવ ઇત્યાદિ કરવાનો નિત્ય નૈમિત્તિક યજ્ઞ  
 કરવો.

૭ જાન્યાય—વિદ્યાકલા કૌશલ્ય ઇત્યાદિનું તેમજ ધર્મ સંબંધી જ્ઞાન દરરોજ થોડું ઘણું પણ મેળવતા જવું તે સ્વાધ્યાયાય કહેવાય છે.

૮ તપ—બ્રહ્મચર્યાદિ નિયમ પાળવા તે.

૯ આર્જવ—અવકતા, સરળ વર્તણુક.

૧૦ અહિંસા—કોઈ પણ પ્રાણીને ક્રોધેશ થાય તેમ ન કરવું.

૧૧ સત્ય—સત્ય બોલવું, સત્ય વર્તવું.

૧૨ અક્રોધ—ક્રોધરહિતપણું.

૧૩ ત્યાગ—દુર્ગુણ તજવા,

૧૪ શાંતિ—શાંતિ,

૧૫ અપૈશુન—બીજની પાછળ તેના ગુણ દોષ ન કાઢવા, ચહાડી ન કરવી; નિંદા ન કરવી.

૧૬ દયામુતોદય—શુભીમાત્ર ઉપર દયા.

૧૭ અલોભુત્વ—વિશ્વનું સન્નિધાન થતાં મન વશ રાખી ઇન્દ્રિયોને વિકારન થવા દેવો, એટલે દશ ઇન્દ્રિયોમાંથી કોઈનું પણ જોર થાય તો પણ તેને પ્રભાવ નહીં, અતિ લોભ ન કરવો. અતિ લાલસા ન કરવી.

૧૮ માર્દવ—મૃદુલ, નમ્રતા, મૃદુ ભાષણ અને સૌમ્ય કર્મ.

૧૯ ન્દી—અકર્તવ્યમા પ્રવૃત્ત થવા વિશે લોક લજ્જા, જન-લજ્જા.

૨૦ અચાપલ—વ્યર્થ ઉદ્યોગ રાહિત્ય, વ્યર્થ વખત ન ગુમાવ-  
વો.

૨૧ વેજ—પ્રૌઢતા, પોતાનું વજન રાખી રહેવું

૨૨ ક્ષમા—હમેશ સારાસાર વિચારપૂર્વક ક્ષમાશીલ  
સ્વભાવ રાખવો.

૨૩ ધૃતિ—ધૈર્ય. કોઈ પણ કામમાં ન ડગવું.

૨૪ શૌચ—શુચિભૂતતા. સ્વચ્છતા અંતર્બાહ્ય શુદ્ધતા. લુગડા  
વગેરે જાણીને રાખવામાં ટાપ ટીપ, સુધૂડતાઈ

૨૫ અદ્રોહ—કોઈના પ્રાણ દેશ અથવા દ્રોહ ન કરવો કોઈને ત્રા-  
સ ન આપવો.

૨૬ અતિલાઘતા—મિથ્યાભિમાન ન રાખવો.

આખંધા ગુણ દેવી અથવા દેવચોગ્યસંપત્તિના એટલે સ-  
ત્વગુણી ખાણસના જાણવા.

ઉપર કહેલા વર્તાણુક સંબંધીના ખેલથી સમાપ્ત નિયમો આરે  
વર્ણના વિદ્યાર્થીઓને પાળવાના છે, તેમજ તે ગૃહસ્થાશ્રમમાં પણ  
ઘણા અવશ્યના છે. ત્યારે મારા ભાઈએ પૂર્વ મનુષ્ય જન્મ સુ-  
ધારવાનું સાધન જે વિદ્યાર્થી વય તે હીજ. તરછે વાસ્તે આઉપલા  
ખંધા નિયમો તરફ તમારા પોતાના તથા આપણા પ્રીય આર્યાવર્તન  
ભલા ખાતર અવશ્ય લક્ષ્ય આપવું જોઈએ. કારણ કે:—

ઉદ્યોગઃ સાહસં ધૈર્યં બલં બુદ્ધિઃપરાક્રમઃ ।

ચહેતે યત્ર વર્તેતે તત્રદેવઃસહાયકૃત્ ॥

યોગવાસિષ્ઠ્ય મુમુક્ષુ પ્રકરણ

ઉદ્યોગ, સાહસ, ધૈર્ય, બળ, બુદ્ધિ, પરાક્રમ, આ છ જ્યાં હોય ત્યાં દેવ સહાયકારી છે.

છેવટ આ નિબંધ લખવામાં મને જેણે માહિતી આપી તેના આભાર માની પરમ કૃપાળુ જગન્નિયંતા પરમેશ્વર પાસે માગું છું કે, મારા વિદ્યાર્થી બંધુઓને પોતાની તથા અમારા પ્રીય આર્યો વર્તની ઉન્નતી ખાતર તે પરમન્યાયકારી, પરત્મા સદ્બુદ્ધિ આપો.

### ईश्वरप्रार्थना.

ओ३म् सोमं ग्रीर्भिष्टुवा वयं वर्ध्यां मो वचो विद  
सुमृळी को न आविशः॥

ऋ. १। ६। २१। ११॥

ॐ मृ शांतिः शांतिः शांतिः

હે સોમ એ ત જગત્પાદકેશ્વર ! આ ને “વચો વિદઃ” શાસ્ત્ર વિત્તુ સ્તુતિ સમૂહથી અગે “વર્ધ્યાન્મ” સર્વાપરી વિરાજમાન કરી એછીએ “સુમૃલ્લી કો ન વિશઃ” કેમકે અમને સુંદર સુખ દેનાર આપજ છો, વાસ્તે આ કરી અમને આવેશિત કરો, કેનેથી અમે અજ્ઞાનાંધઃકારથી છુટી વિદ્યા સર્થને પ્રાપ્ત થઈએ અને સદા આનંદ ભોગવીએ! અસ્તુ તથાસ્તુ.

# શ્રીશંકર. શુધ્ધિપત્ર.

પાન.	ઓળ.	અશુધ્ધ.	શુધ્ધ.
૧	૧૨	પ્રાત્પ	પ્રાત્પ
૨	૧૫	માણસનો	માણસ જો
૩	૪	મહત્વ	મહત્વાના
,,	૧૫	સ્વાભાવિ	સ્વાભાવિક
૪	૬	અભ્યારી	અભ્યારી
,,	૭	પ્રતી;	પ્રતી,
,,	૧૬	નિર્લાભી	નિર્લાભી
૫	૭	ગૃહસ્થશ્રમીયોના	ગૃહસ્થશ્રમીયોના
૬	૬	વૈ	
૧૦	૯	અવું	અવું
૧૧	૧૮	અન્ને	અન્ને
૧૨	૧૬	કામ ધંધામાં	કામ ધંધામાંથી
૧૫	૧	આનંદકારી	આનંદકારી
,,	૫	સંધ્યા-	સંધ્યા-
૧૮	૧૭	વિશ્રાંતિ	વિશ્રાંતિ
૨૧	૧૭	વચારતા	વિચારતા
૨૩	૧૩	વૈદ્યશાસ્ત્ર	વૈદ્યકશાસ્ત્ર
૨૪	૧૭	પડતા	પડતા
૨૯	૧૦	હાથમાં	હાથમાં
૩૦	૨	અંથે	અંથે

„	૩	લાગે	લાગે
૩૧	૫	ત્રાતમાત્મનઃ	ત્રાતમાત્મનઃ
„	૧૫	નિધમે	નિધમે
„	૧૬	બધારણો	બધારણો
૩૩	૧૩	શુખ	શુખ
૩૩	૨૦	તમાશ	તમાશા
૩૫	૧૯	એમધાનું આહાર	એમધાનું નામ આહાર
૩૭	૩	ઝાઝો	ઝાઝો
૩૭	૨૦-૨૧	પેહરનારનારને	પેહરનારને
„	૨૧	પરસેવાવાળા	પરસેવાવાળા
૩૯	૧૭	ઉડાશી	ઉડાસી
„	૧૮	આગ	આગળ
૪૨	૧૭	ભાવ મિશ્ર	ભાવમિશ્ર
૪૩	૧૦	આદિવાતરોગ	આદિવાતરોગ
„	૨૬	ત્રીથીઓમાં	ત્રીથીઓ
„	૨૭	ભરે	ભારે
૪૪	૨૨	પણું	પણું
„	„	પેશાના	પેશાનો
૪૫	૧	શાય	શાય
૪૬	૩	કર્તા	કર્તા
૪૬	૧૨	આપણ	આપણા
૪૬	૧૩	આચારવિચાર	આચારવિચાર
૪૭	૮	જ્ઞાનયોગ ઉપરનિષ્ઠા	જ્ઞાનયોગઉપર નિ
૪૮	૨	સ્વાધ્યાય	સ્વાધ્યાય
„	૮	અકોષ	અકોષ

## જાહિરાત.



આ ચોપડી વડોદરામાં નીચેના ઠેકાણે મળશે.

રાવપુરા— વડોદરા વત્સલ છાપખાનામાં.

” ખજે કંપનીના દુકાને.

” કુતેસોંગ છાપખાનામાં.

